خاوند بیوی کے تعلقات پر اپنی قسم کی پہلی دلچسپ اور مہذب کتاب

بالتصویر

گرہست شاستر

جسے

دنیا کی زائد از پانچ سو بہترین سائنٹیفک کتابوں اور میگزینوں کے قریباً
ایک لاکھ صفحوں کی ریسرچ اور حیرت انگیز تجربات و مفید معلومات
کی بنا پر بیس سال کی لگاتار محنت اور دماغ سوزی
کے بعد پبلک میں پیش کیا گیا ہے

شادی سے لے کر بڑھاپے تک
تمام زندگی کیلئے خاوند بیوی کی رہنمائی کرنے
والی اس سے بہتر، اس سے زیادہ مفید، اس سے زیادہ شاندار،
اس سے زیادہ دلچسپ اور مہذب کتاب آج تک مارکیٹ میں یقیناً نہیں آئی۔

مصنفہ

جناب مہاشانند صاحب ایڈیٹر رہنمائے زندگی دہلی

پبلشرز: سیوا بک ڈپو ۱۳۲۱/۹ ملتانی ڈھانڈہ پہاڑ گنج - نئی دہلی

ری پرنٹ آٹھواں ایڈیشن

قیمت ۱۲ روپے

(۲) دو باتیں

اِنسان ہمیشہ ہی سُکھ اور چین کی تلاش میں سرگرداں رہتا ہے۔ پیدائش کے بعد جب وُہ اپنے رگ پٹھوں میں کچھ طاقت و توانائی محسُوس کرنے لگتا ہے تو اُسی وقت سے اُسے سُکھ کی تلاش شروع ہو جاتی ہے اور یہ سلسلہ اُس وقت تک قائم رہتا ہے جب تک مَوت کا فولادی پنجہ زبردستی اُس کے اِرادوں کو ہمیشہ کے لئے ختم نہیں کر دیتا۔ غرضیکہ انسانی زندگی کا ہر لمحہ اِسی سُکھ کی تلاش میں گُزر جاتا ہے۔ اور اِس سُکھ اور چین کے حصُول کے لئے کیا کچھ نہیں کرنا پڑتا۔ سُکھ اور چین کے متلاشی آگ میں جلتے ہیں۔ اپنے دِلوں میں فکر و تردّد کی بھٹی سُلگاتے ہیں۔ تصوّرات کے پَر لگا کر انتہائی بلندیوں پر پرواز کرتے ہیں اور اگر اُن کے اِرادوں کو کامیابی ملے تو آسمان کو چھُو کر ہی رہیں۔ ہر جائز اور ناجائز، ہر ممکن اور ناممکن ذرائع کا دامن پکڑتے ہیں ؛

مرد اور عورت کا شادی کے رشتے میں بندھنا بھی تو انہی ذرائع میں سے ایک ذریعہ ہے۔ اِبتدائے آفرینش سے مرد اور عورت صرف اپنی زندگی کے

سُکھ اور آرام کے لئے ہی آپس میں شادی کرتے ہیں - اگرچہ شادی کے مقاصد میں تخلیق کی ترقی اور زندگی کو ایک خاص ضابطہ کے ماتحت گزارنا بھی شامل ہے، لیکن غور کی نظر سے دیکھنے پر معلوم ہوگا کہ یہ بھی اُسی سُکھ اور چین کی دُوسری شکل و صُورت ہے اور اس کے در پردہ بھی سُکھ اور چین کی خواہش ہی کار فرما ہوتی ہے ۔

عورت شادی کے ذریعہ اپنے اُن فرائض کو سرانجام دینا چاہتی ہے جس کے لئے وُہ پیدا کی گئی ہے ۔ یا یُوں بھی کہا جا سکتا ہے کہ شادی کے بغیر عورت نامکمل تھی ۔ شادی کے بعد وُہ نامکمل سے مکمل بنتی ہے ۔ اور کون نہیں جانتا کہ سُکھ اور چین نامکمل میں نہیں بلکہ مکمل میں ہی ہوا کرتا ہے ۔ جب تک وُہ مکمل نہ بن جائے، اُسے سُکھ اور چین حاصل نہیں ہو سکتا ۔ یعنی وُہ اپنے فرائض کو انجام دے کر سکون اور راحت محسوس کرتی ہے ۔ بعینہٖ مرد بھی سُکھ اور شانتی کے لئے ہی شادی کرتا ہے ۔ شادی اُسے زندگی کے میدان میں کھینچ کر لے جاتی ہے ۔ اور شادی کے ذریعہ ہی وُہ عورت کی طرح نامکمل سے مکمل بن جاتا ہے ۔ اُس کی یہ تکمیل اُسے کتنا سُکھی بنا دیتی ہے، اس کا بیان الفاظ کے ذریعہ ممکن نہیں ۔ اِس سُکھ کی تصویر کھینچنے والا مصوّر شاید آج تک پیدا نہیں ہو سکا ۔ یہ سُکھ بیان نہیں ہو سکتا بلکہ محسوس کیا جاتا ہے ۔ اِس طرح شادی کے ابتدائی ایّام میں خاوند اور بیوی دونوں اپنی مختصر سی نئی دُنیا بسا کر سب کچھ بھول کر مست دل لے خود ہو جاتے ہیں ۔ اِن متوالوں سے اگر پُوچھا جائے تو اُن کا جواب یہی ہوگا کہ دُنیا میں "دُکھ" نام کی کسی شئے کا وجُود ہی نہیں ہے !

لیکن ..... جلد ہی چار چھ مہینے یا برس دو برس بعد سُنہری سپنوں کی دُنیا آباد کرنے والے میاں بیوی جنہوں نے بڑے بڑے ارمان پال کر

شوق اور اُمنگوں سے اُمڈ کر ایک دُوسرے کا ہاتھ پکڑا تھا اور شادی کی زنجیروں میں بندھ کر ایک جان دو قالب بننے کا عہد کیا تھا۔ جنہوں نے بے پناہ شوق اور طُوفانی حوصلوں سے گرہستھ کی منزل پر پاؤں رکھا تھا، کچھ ہی دُور چل کر تھک جاتے ہیں یا زندگی کی دشوار گذار گھاٹیوں کو عبور کرتے ہُوئے دم ہار دیتے ہیں۔ یا زندگی کی دُشوار گذار پگڈنڈیوں پر پہنچ کر پھسل پڑتے ہیں۔ اُنہیں محسوس کرنا پڑتا ہے کہ اُن کے وُہ خواب ہائے شیریں جھوٹے اور غلط تھے۔ اُن میں سچائی کا نام و نشان نہ تھا۔ اُس وقت اگر اُن سے پُوچھا جائے تو اُن کا اکثر اور بیشتر یہی جواب ہوتا ہے "اجی صاحب! یہ دُنیا راحت و مسرت کی دُنیا نہیں۔ بھلا اِس میں خوشی اور چین کہاں؟ گرہست کی زندگی پھُولوں کی سیج نہیں بلکہ کانٹوں کا بستر ہے جس میں دُکھ ہی دُکھ ہے۔ شکر رنجیاں ہیں۔ کانٹے دار جھاڑیاں ہیں۔ کیا بتائیں، زندگی تلخ ہو گئی ہے!

نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ دونوں کی باہمی کشش کم ہونے لگتی ہے اور گرہست کا تاریک پہلو اُن کے سامنے آجاتا ہے۔ اب نہ شوہر کے دل میں ولولے ہیں نہ بیوی کے دل میں اُمنگیں۔ ایک دن وہ تھا جب دونوں ایک دُوسرے کو دیکھنے کے لئے ترستے تھے۔ ملنے کے لئے بے قرار رہتے تھے اور موقعہ ملتے ہی ایک دوسرے کی طرف دوڑ پڑتے تھے جیسے رُکا ہوا بہاؤ۔ رات باتوں میں کٹ جاتی تھی اور دن رات کے انتظار میں۔ دِل میں تصورات کی سینکڑوں دُنیائیں آباد ہوتی تھیں لیکن اب دِلی اُمنگیں اور ولولے پامال اور مُردہ ہو گئے! دونوں ایک دُوسرے کے لئے بار معلوم ہوتے ہیں۔ مرد سوچتا ہے کہ میں نے بیٹھے بٹھلائے ایک آفت مول لے لی۔ میں کس قید

میں آپڑا! کہاں وُہ آزادانہ زندگی اور کہاں یہ جھگڑے جھمیلے!! آخر یہ بھی کوئی زندگی ہے؟ دُوسری طرف بیوی کے دِل میں بھی ایک طوفان اُٹھ کھڑا ہوتا ہے۔ وُہ بھی سوچنے لگتی ہے کہ..... کیسی پُر عذاب ہے یہ زندگی' جس میں راحت و آرام کا نام نہیں۔ ہر گھڑی جھگڑا جھمیلہ۔ آئے دن کھینچا تانی! اور کہنے کی ضرورت نہیں کہ اِن حالات میں وُہ آپس میں کھنچے کھنچے رہتے ہیں اور بالآخر ایک دُوسرے سے دُور ہٹنے کی کوشش کرنے لگتے ہیں۔ اور ایک دِن اُن میں اِتنا زیادہ فاصلہ حائل ہو جاتا ہے کہ باہم ملنے جُلنے کی بات تو درکنار' ایک دُوسرے کی شکل سے بھی بے زار ہو جاتے ہیں۔ نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ سُکھ اور شانتی کی تلاش میں نکلنے والا یہ جوڑا ایک دن آپس میں ٹکرا ٹکرا کر اپنے گرہست کو دُکھوں اور مصیبتوں کا مستقل اڈا بنا لیتا ہے اور اُن کے گرہست کا سوُرگ نرک بن جاتا ہے ۔

مَیں نے اِس تصویر میں کوئی رنگ آمیزی نہیں کی۔ بلکہ ایک حقیقت کو بے نقاب کیا ہے۔ مجھے زیادہ دُکھ نہ ہوتا، اگر ایسی مثالیں ایک دو' دس بیس یا سَو، پچاس ہوتیں لیکن ہماری بدقسمتی ہے کہ وہ کوئی خوش قسمت گھرانہ ہوگا جو باہمی شکر رنجی اور اَن بن کی آگ میں جُھلس کر برباد نہیں ہو رہا۔ شوہر بیوی سے لڑتا ہے اور بیوی شوہر سے۔ ساس بہوؤں سے لڑتی ہے اور بہُو نندوں سے۔ دیورانیوں اور جیٹھانیوں میں جنگ ہوتی ہے اور ایک دُوسرے کے حریف بن کر باپ اور بیٹا مقابلے پر آتے ہیں۔ بھائی بھائی سے برسرِ پیکار ہوتا ہے۔ گویا آج کا گرہست جیون ایک اچھا خاصہ محاذِ جنگ بن چکا ہے۔ کیا غریب اور کیا امیر، سبھی اِس محاذ پر خم ٹھوک کر زور آزمائی کے لئے کمربستہ ہیں اور سُکھ شانتی کے سُنہرے سنسار کو خود اپنے ہاتھوں تباہ و

برباد کر رہے ہیں۔ قدرتی طور پر سوال پیدا ہوتا ہے کہ آخر ایسا کیوں ہے؟ زندگی بھر تک ساتھ نبھانے کا مستحکم عہد و پیمان کرنے والے دلوں پر اوس کیوں پڑ جاتی ہے اور اُنہیں درمیان میں ہی رُک جانے کی نوبت کیوں آتی ہے؟ اُن کے سُنہرے سپنے اِتنی جلد کیوں ختم ہو جاتے ہیں؟ وُہ دِلوں کے ارمان اور آرزوئیں کہاں ہوا ہو جاتی ہیں؟ اور کمال تعجّب کی بات تو یہ ہے کہ یہ جانتے ہوئے بھی کہ شادی زندگی کے سُکھ اور شانتی کے لئے کی جاتی ہے، اُنہیں اِس خوش و خُرّم زِندگی کو باہمی کھینچا تانی اور شکر رنجیوں کی آگ میں کیوں جھونکنا پڑتا ہے؟ جب وُہ لوگ اچھی طرح سمجھتے ہیں کہ ہماری یہ شکر رنجیاں ہمارے سکُون و راحت کے سُنہری محل کو تحس نحس کر کے رکھ دیں گی، ہماری سُکھ کی ہری بھری دُنیا کو اُجاڑ ڈالیں گی تو اِسے گھر میں پیدا ہی کیوں ہونے دیتے ہیں؟ مَیں نے اچھی طرح غور کیا ہے اور ایک طویل عرصے کی تحقیق مطالعہ اور تجربہ کے بعد اِس نتیجہ پر پہنچا ہُوں کہ ازدواجی تعلّقات کو خوشگوار بنانا بھی ایک فن (آرٹ) ہے۔ اور ہمارے یہ نادان بھائی اِس فن سے بالکل بے بہرہ ہیں۔ حالانکہ یہ آرٹ اِتنا اہم اور ضروری ہے کہ نظامِ عالم کی بُنیادیں اِسی پر قائم ہیں۔ قومی ترقّی کا انحصار اِسی پر ہے۔ تندرُست اور صحیح الدماغ نسلوں کی پیدائش اِسی پر موقوف ہے۔ لیکن افسوس کہ جتنا اہم یہ آرٹ ہے، ہم نے اِس کے ساتھ اُتنی ہی زیادہ لاپرائی اور بے توجہی کا ثبوت دِیا۔ مجھ سے کوئی پُوچھے تو مَیں بِلا خوفِ تردید عرض کروُنگا کہ لاکھوں نونہالوں اور نوجوانوں کی صحت کی بربادی اور ۷۵ فیصدی عورتوں و بچّوں کی بے وقت موت کا سبب محض ازدواجی تعلّقات سے ناواقفیت ہے۔

اُردو زبان میں اِس آرٹ پر بہت کم ایسی کتابیں ملتی ہیں جنہیں صحیح معنوں

میں مفید کہا جا سکے۔ بیشتر کتابیں علمی اعتبار سے بیکار محض ہونے کے علاوہ اس قدر عامیانہ رنگ میں لکھی گئی ہیں کہ سنجیدہ اور باوقار لوگ انہیں پڑھنا تو درکنار عوام میں اُن کا نام لینا بھی تہذیب کے خلاف سمجھتے ہیں۔ برعکس اس کے دُنیا کی دیگر مہذب زبانوں میں ہزارہا کتابیں اس موضوع پر شائع ہو چکی ہیں۔ جن میں سے ہر کتاب کے ہر صفحہ اور ہر صفحہ کی ہر سطر میں مفید معلومات اور ضروری واقفیت پائی جاتی ہے۔ چنانچہ گذشتہ بیس سالوں سے اس قسم کی سینکڑوں مستند اور ضخیم کتابیں میرے زیر مطالعہ رہی ہیں۔ اور انہی کتابوں کے تقریباً ایک لاکھ صفحات کا نچوڑ میں آج "گرہست شاستر" کی شکل میں آپ کی خدمت میں پیش کر رہا ہوں۔

"گرہست شاستر" کو ہر لحاظ سے مکمل اور مفید مطلب بنانے کیلئے مجھے کئی رسالوں اور سرکاری رپورٹوں سے کافی مدد ملی ہے۔ اور اُن کے کافی مضمون میں نے خوب استعمال کئے ہیں۔ اور بعض جگہ تو اُن کا حوالہ تک نہیں دے سکا۔ اُن تمام مصنفین اور ایڈیٹر صاحبان کا میں احسانمند ہوں۔ کتاب کو اپ ٹو ڈیٹ اور زیادہ سے زیادہ دلچسپ کارآمد بنانے کے لئے میں نے آج تک کے تمام فلاسفروں کے قیمتی خیالات، اُن کی بہترین معلومات، اُن کے لاثانی تجربات اور دلچسپ تمثیلات کو بھی شامل کر دیا ہے۔

میری دلی تمنا ہے کہ شادی شدہ بھائی بہنیں اور قابل شادی بیٹے بیٹیاں اس کو وقت کاٹنے کے لئے نہ پڑھیں۔ بلکہ اس پر عمل کرنے کی کوشش کریں۔ مجھے یقین ہے کہ میری کتاب تاریکی کے اُن لمحوں میں جب اُنہیں قدم قدم پر رکاوٹیں پیش آئینگی، سچے رہنما کا کام دے گی اور اُن کی مشکلات اس کی روشنی میں بہت حد تک آسان ہوتی رہیں گی۔

مہانند

فہرست مضامین

پہلا باب
شریکِ زندگی کی ضرورت

دُوسرا باب
دُکھ سُکھ کے ساتھی

تیسرا باب
شادی کرو اور دیر تک جیؤ

چوتھا باب
سُہاگ رات

پانچواں باب
فلسفۂ جماع

چھٹا باب
میاں بیوی کی ابتدائی غلطیاں

ساتواں باب

طریق پیدائش اولاد (قرارِ حمل)

آٹھواں باب
گرہست کی گتھیاں

نواں باب
نصیحت نامہ خاوند بیوی

دسواں باب

عورت مرد کی فطرت کے نہایت پوشیدہ راز

گیارھواں باب

گھریلو سائنس

بارھواں باب

صحت اور زندگی کے عملی سبق

تیرھواں باب

خوبصورتی کا جادو

چودھواں باب

بچّوں کا رکھ رکھاؤ

پندرھواں باب

بچوں کی بیماریاں اور ان کا علاج

سولھواں باب

عورتوں کی پوشیدہ بیماریاں

سترھواں باب

مردوں کی پرائیویٹ بیماریاں

اٹھارھواں باب

ضبطِ تولید۔ برتھ کنٹرول

دہلی پرنٹنگ پریس دہلی میں باہتمام مہانند پرنٹر پبلشر چھپی



پہلا باب

بڑوں کے ذاتی تجربے اور نیک مشورے

"جب تک آدم کی شادی نہ ہوئی، گلزارِ عدن بھی پُر خار ہی رہا۔ فرشتوں کے گیت، پرندوں کے چہچہے، پھولوں کے قہقہے اور بادِ بہاری کے جھونکے، سب پھیکے نظر آتے تھے۔ آدم اُداس پھرتا اور آہیں بھرتا تھا۔ مگر حوّا آئی اور تمام دُکھ درد کافور ہو گیا۔ خوشی سے باغِ عدن لہلہا اُٹھا!"

—— کیمبل

"اپنے باپ کا گھر چھوڑ کر ایک لڑکی کتنی دلیری اور کیسی خوشی کے ساتھ ایک بے جانے خاندان میں آ کر مل

شریکِ زندگی کی ضرورت



جاتی ہے۔ کس پر اُمید باندھ کر، کس کے بھروسہ پر وہ اتنی دلیری اور اتنی خوشی محسوس کرتی ہے؟ گہرائی کے ساتھ سوچنے پر ہر ایک نوجوان اپنی رفیقۂ حیات کے تئیں اپنے فرض کو محسوس کر سکتا ہے۔ وہ اپنی عورت کی ایک اچھے دوست

کی طرح عزت کرے گا۔ وہ من مانی کبھی نہیں کریگا۔ وہ اپنے آپ کو مالک اور اپنی بیوی کو غلام یا پاؤں کی جوتی کبھی نہ سمجھے گا۔"

ہز ایکسیلنسی سی۔ راجگوپال آچاریہ۔ گورنر جنرل ہند

گھر کی ملکہ

گھر ایک چھوٹی سی ریاست کی مانند ہے۔ اس ریاست کی ملکہ ہمیشہ عورت ہوتی ہے۔ جس طرح بادشاہ اپنی رعایا کا ذمہ دار ہے، اُسی طرح گھر کی ملکہ سارے کُنبے کے آرام و آسائش کی ذمہ دار ہے۔"

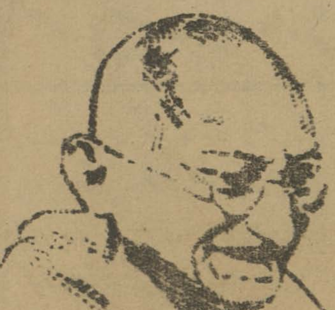
"گھر کی ملکہ کا تاج شوہر ہے۔ شوہر کی اطاعت اس تاج کے نگینے ہیں۔"

پوپ

"اگر تم خاوند ہو تو اپنی عورت کو اپنا حقیقی خیر خواہ بناؤ اور اُس کو یقین دلاؤ کہ تم اُس کو پیار کرتے ہو۔ اُس پر اعتبار کرو اور اُسے صلاح مشورہ میں شریک کرو۔ اپنی عورت اور اپنے درمیان کسی اَور کی محبت کو نہ آنے دو۔"

"اگر تم بیوی ہو تو اپنے خاوند پر یہ بات ثابت کر دو کہ تم سچے دل سے اُسے محبت کرتی ہو۔ اپنے خاوند سے یہ کبھی نہ کہو کہ فلاں عورت کا خاوند تمہاری نسبت زیادہ فراخدل ہے۔ اپنے خاوند سے ایسا سلوک نہ کرو گویا وہ اپنے گھر میں مُجرم سا ہے۔"

ساتھے جج ہائیکورٹ شکاگو (امریکہ)



وفا کی پُتلی

عورت قوت برداشت کا مجسمہ ہے۔ ایثار اور وفا کی پتلی ہے۔ صبر کا اوتار ہے۔ عورت مرد کی غلام نہیں ہے۔ وہ اس کا آدھا حصّہ ہے، بلکہ بہتر آدھا حصّہ ہے۔"

مہاتما گاندھی



تمغہ کی حقدار

"میری خواہش ہوتی ہے کہ مجھے بہادری کے تمغے بانٹنے کا موقع نصیب ہو تو غریب گرہستی کو ایک تمغہ دوں۔ بیشک اُس نے کبھی طوفان سے ڈوبتی ہوئی کشتی کو کنارے نہیں لگایا، نہ کسی جلتے ہوئے مکان میں سے کسی کی جان بچائی۔ اُس نے صرف اتنا کیا کہ تیس چالیس سال تک گرہست نباہتی رہی اور بیماری و غریبی میں چُپ چاپ سینکڑوں مصائب کو ایسی ہمّت کے ساتھ برداشت کیا کہ کسی کو کانوں کان خبر نہ ہونے دی۔"

——— سی۔ ایف اینڈریوز

محبّت کی دیوی

"وہ نوجوان بہت سمجھدار ہے جو ایسی لڑکی سے شادی کرتا ہے جو اَن پڑھ ہے، موٹی عقل کی ہے۔ مگر جو محبت بھرا دل رکھتی ہے۔ وہ نوجوان عقلمند نہیں کہلا سکتا جو ایسی لڑکی سے شادی کرتا ہے جو ہوشیار ہے۔ مگر سرد مہر، بے مروّت اور محبت کا جواب محبت سے دینے والی نہیں ہے۔"

——— تھیوڈور

آسمانی برکت

"اعلیٰ درجہ کی برکت جو خدا کسی شخص کو دے سکتا ہے، وہ نیک اور پارسا بیوی ہے، جس کے ساتھ وہ شخص امن چین سے زندگی بسر کر سکتا ہے۔ اور جس کی حفاظت میں اپنی تمام جائداد رکھ سکتا ہے۔"

——— لوتھر



"ہر ایک عورت کو چاہیے کہ وہ بچہ پیدا کرے، خواہ بچہ پیدا ہوتے ہی اُس سے چھین ہی کیوں نہ لیا جائے۔ جب میں کہتا ہوں کہ ہر عورت بچہ ضرور جنے تو اس لئے کہ عورت دُنیا کو یہ بتلا سکے کہ وہ کیا کچھ کر سکتی ہے اور کس قدر تکالیف کی متحمل ہو سکتی ہے۔"

——— برنارڈ شا

"عورت کا پریم مثل ربڑ کے ہے۔ جتنا عورت سے پریم کرو اتنا ہی وہ زیادہ بڑھتا اور پھیلتا ہے۔" ——— سویٹ ماردن

"جو شخص گرہست کے تفکرات سے بچنے کیلئے شادی نہیں کرتا، وہ ایک معمولی سی تکلیف کے ڈر سے اپنے آپ کو ایک بڑی برکت سے محروم رکھتا ہے۔" ——— کرشن کانت مالویہ

"شادی دنیا کی امان ہے۔ اس سے سلطنتیں محفوظ رہتی ہیں۔ شہر آباد رہتے ہیں۔" ——— وکٹر ہیوگو

"کانٹوں سے بھری ہوئی شاخ کو ایک پھول خوبصورت بنا دیتا ہے، اور غریب سے غریب گھر کو نیک شعار عورت جنت بنا دیتی ہے۔" ——— گولڈ سمتھ



اچھی بیوی

"اگر میرا کوئی لڑکا ہوتا اور وہ اُن اِنے گنے نیک بخت لڑکوں میں سے ہوتا جو شادی کے متعلق اپنے باپ کا مشورہ قبول کر لیتے ہیں تو میں اُسے یہی مشورہ دیتا کہ ہرگز بہت زیادہ پڑھی لکھی عورت سے شادی نہ کرنا۔ بی۔اے، ایم۔اے لڑکی اچھا ساتھی تو بن جاتی ہے، مگر اچھی بیوی کم بنتی ہے۔"

——— گلبرٹ فرانکو

رحمدل رفیقہ

"قدرت نے عورت کو اس لئے بنایا ہے کہ اچھی اولاد پیدا کرے، مرد کی رحمدل رفیقہ بنے، دُکھ اور مصیبت کے وقت اپنی پاکیزہ محبّت اور دِلی ہمدردی سے رنج و فکر کو اُس کے نزدیک نہ آنے دے، گرہست کا بوجھ ہلکا کرکے مرد کو اِس قابل بنا دے کہ وہ ہاتھ یا دماغ سے محنت کا کام کر سکے۔"

——— ہنری فورڈ

گرہست کی رونق

"سچ پُوچھو تو عبادت اور پارسائی کا حقیقی منظر گرہست ہی ہے۔ یہاں ہی والدین کی محبّت اور رشتہ داروں کی ہمدردی ظاہر ہوتی ہے۔ یہاں ہی چاروں طرف شفقت نظر آتی اور محبّت سایہ کئے ہوئے دکھائی دیتی ہے۔ یہاں ہی سوسائٹی کی برکت اور دِلوں کی یگانگت پیدا ہوتی ہے۔"

——— بٹلر

گھروالی

"جو عورتوں پر حکومت نہیں چھانٹتے، جو گھروالی کے رنجیدہ ہو جانے پر خادم کی طرح اُسے خوش کرنے کی کوشش کرتے ہیں، وہی عورتوں کے پیارے بنتے ہیں۔ جو ایسا نہیں کرتے، وہ صرف خاوند ہیں، پیارے نہیں ہیں۔"

——— ٹالسٹائی

دُنیا کی سب سے قیمتی چیز

"اگر تمام دُنیا کا راج مل جائے لیکن عورت نہ ہو، تو بھی اِنسان گداگر ہے۔ اس کے برعکس گر گداگر کے پاس نیک اور پارسا عورت ہے تو وہ بادشاہ ہے"

— کاؤپر



"اگر کوئی مجھ سے پوچھے کہ تمہیں بیوی بنانے کیلئے کس قسم کی عورت چاہئے تو میں بیساختہ یہی کہہ اُٹھونگا کہ جس عورت نے اپنے والدین کی حکم عدولی نہ کی ہو"

— فورڈ آرلین


زِندگی کا ساتھی
"سوسائٹی کے اخلاق کو بنانا۔ گھر کا انتظام کرنا حلیمی، محبت
اور بُردباری سے زِندگی کے مشکل اور ٹیڑھے سفر کو آسان اور
فرحت بخش بنانا عورت کا ہی کام ہے۔ اگر عورت نہ ہوتی تو یہ
دُنیا بڑی خوفناک اور سُنسان ہوتی۔"
——— ٹامسن
"تم میں سے اچھا وہی ہے
جو اپنے بیوی بچوں
کے ساتھ اچھا ہو۔"
——— حضرت محمدؐ صاحب

تہذیب کی یونیورسٹی

"جس گھر میں ماں باپ اور خاص کر ماں عقلمند ہوتی ہے

وہ گھر انسانیت اور تہذیب کی یونیورسٹی ہے"۔
— فریڈرک ہسٹن

"ایک لائق ماں سو اُستادوں سے بھی بڑھ کر ہے"۔
— جارج ہربرٹ

"ایک عالی دماغ عورت کی محبت ہر مرد کی زندگی کے لئے ایک اچھی چیز ہے"۔
— ہنری ونسنٹ

"انسان کو ماں سے دُور اندیشی اور باپ سے بہادری کی تعلیم ملتی ہے"۔
— شوپن ہار



بلند رُتبہ والی

"عورت کے لئے اِس سے زیادہ بلند اور کوئی تمنّا نہیں ہو سکتی کہ وُہ ایک وفادار بیوی اور ایک خوش اور اولاد پر اپنا اثر رکھنے والی ماں ہو۔ یہی وُہ بڑے سے بڑا رُتبہ ہے جو خدا نے عورت کو دیا ہے اور جو عورت اپنے اس منصب کے فرائض پُورے طور پر انجام دیتی ہے وُہ اسی قدر قابلِ احترام ہے کہ جتنا کوئی ممتاز سے ممتاز مرد ہو سکتا ہے۔"

——— سی۔ اے اسٹنڈرڈ

زندگی بخشنے والی

"خدا کے بعد اگر ہم کسی کے ممنونِ منّت ہیں تو وہ عورت ہے۔ اِس کا پہلا احسان تو یہ ہے کہ یہ ہمیں زندگی بخشتی ہے۔ اور دُوسرا یہ کہ ہماری زندگی کو اس قابل بنا دیتی ہے کہ اس کی آرزو کی جائے۔"

——— بوفے

"اُس گھر میں خوشی اور خوشحالی بار نہیں پا سکتی جس میں سے عورت کے چیخنے چلّانے کی آواز باہر آیا کرتی ہے۔"

——— شیخ سعدی

یہ جھوٹے ویراگی

"جو پرماتما کی بھگتی، ویراگ یا ترکِ دُنیا کی ڈینگ مارتے ہیں، وہ عموماً ایسے آدمی ہوتے ہیں جن کی بیوی کے ساتھ ہمیشہ اَن بن رہتی ہے۔ بیوی کے ساتھ جھگڑا رہنے سے ہی مردوں کو اکثر ویراگ اور بھگتی سُوجھا کرتی ہے۔ میری رائے میں جو بیوی کا بھگت نہیں، وُہ ایشور کا بھگت بھی نہیں ہو سکتا۔"



——— ٹیگور



"کسی مردِ کے ساتھ سب سے بڑی محبت جو ایک عورت ظاہر کر سکتی ہے، وہ یہ ہے کہ اس کے فرائض کی ادائیگی میں مدد دے۔"

—— مولوک

"وہ سب لوگ جو عورتوں سے بچ بچ کر اور الگ الگ رہتے ہیں، اُن کے احساسات بہت ہی بھٹس اور بھدّے ہوتے ہیں اور وہ سب بیوقوف رہتے ہیں۔ یا یہ کہ ان کا مذاقِ سلیم نہیں رہتا اور وہ ہر پاک اور نورانی چیز سے بھاگنے لگتے ہیں۔"

—— تھیکرے

"ایسی باتیں کرنا کہ جن میں نرمی بھی ہو اور جو بہت گہرے معنی بھی رکھتی ہوں، عورتوں سے بہتر کوئی نہیں جانتا۔"

—— ہیلیک

"ہمارے گرہست کی خوشحالی اور سرسبزی صرف اس بات پر منحصر ہے کہ ہمیں عورت کی پاکبازی پر کامل اعتبار و اعتماد ہو۔"

—— لینڈر

پرورش کرتی ہیں

"عورتیں ایسی کتابیں، ایسی تصویریں اور ایسے ادبستان ہیں کہ جن میں ساری دُنیا بستی ہے، جو ساری دُنیا کا تماشا دکھا سکتی ہیں اور جو تمام دُنیا کی پرورش اور تربیت کرتی ہیں۔"

—— شیکسپیئر

ہمیں نیک بنانے والی

"جتنے مردوں کو مَیں جانتا ہُوں، ان میں سے ایک بھی ایسا نہیں جس کی ماں نے بچپن میں اس کے لئے وُہ سب کچھ کیا ہو جو ایک ماں کو کرنا چاہیئے اور وہ جوان ہو کر ایک اچھا آدمی نہ بنا ہو۔"

—— فرانسس پارکنس

"اگر تم پتھر ہو تو پارس پتھر بنو۔ اگر درخت ہو تو لاجونتی کا پودا بنو۔ اگر مرد ہو تو عورت سے محبت کرو۔"

—— ٹینی سن



مہاپُرشوں کی جننی

مُلک کی کھری دوَلت اُس مُلک کے مہاپُرش ہیں اور مہاپُرش ماتاؤں سے ہی پیدا ہو سکتے ہیں۔ اسلئے اگر مُلک کی ترقی کرنی ہو، اگر مہاپُرشوں کی مُلک کو ضرورت ہو تو مستقبل میں ماتائیں زور، عقل اور اوصافِ حمیدہ میں کیسے بڑھیں، ایسی تدبیر اختیار کرنے کی اشد ضرورت ہے۔"

—— لاجپت رائے

"اِس دُنیا میں ایک عورت کو جو جو کچھ کرنا ہے، وہ سب ان فرائض میں موجود ہے جو ایک بیٹی، ایک بہن، ایک بیوی اور ایک ماں کی حیثیت سے اس پر عائد ہوتے ہیں۔"

——— رسکن



انمول ہیرا

"نیک بیوی خدا کی تمام بخششوں سے بڑی بخشش ہے۔ وہ خاوند کے لئے ہیرا ہے، موتی ہے، دولت ہے۔"

——— واشنگٹن

مرد کا ساتھی

"عورت اس لئے پیدا ہوئی ہے کہ مرد کا ساتھی بنے۔ قدرت یہی چاہتی ہے۔ عورت قدرتی اصولوں کو پورا کرتی ہوئی خدا کے نظام کو پورا کرتی ہے۔"

——— شلر

"عورتوں کی نگاہوں میں ہمارے قانون سے بھی زیادہ قوت ہے۔ اور اُن کے آنسوؤں میں ہماری دلیلوں سے کہیں زیادہ طاقت و اثر ہے۔"

——— سیموئل

"ہر بڑی اور باعظمت چیز کی ابتدا میں لازمی طور پر عورت کا ہاتھ ہوتا ہے۔"

——— لامارٹن

نیکی اور ہمدردی کا چشمہ

"اپنی تمام زندگی میں مجھے کسی چیز سے اتنا نفع نہیں پہنچا جتنا کہ نیک اور ہمدرد بیوی کے صحیح مشوروں، صائب رائوں اور خلوص سے بھری ہوئی مشفقانہ ہمت افزائیوں سے پہنچا ہے۔"

—— مسٹر ادمیلی

سچی غمگسار

"اس دنیا میں ایک ایسی ہستی بھی ہے جو دردرسیدوں کے لئے ان سے زیادہ کڑھتی اور رنج کرتی ہے کہ جتنا وہ خود اپنے لئے کڑھیں۔ ایک ایسی ہستی جسے دوسروں کے دل کی خوشی اپنے دل کی خوشیوں سے زیادہ عزیز ہے۔ ایک ایسی ہستی جو دوسروں کے عیبوں کی پردہ پوشی اپنے عیبوں سے زیادہ کرتی ہے اور ایک ایسی ہستی جو جب دوسروں پر مہربانی کرنے پر اُتر آتی ہے تو اپنے نفس کو بالکل فراموش کر دیتی ہے۔ یہ ہستی میں تمہیں بتاؤں کہ کون ہے، اس کا نام عورت ہے!"

—— واشنگٹن اِروِنگ



"اے پتنی! تیری نظر بے رحم نہ ہو۔ تو پتی کو نقصان پہنچانے والی نہ ہو۔ تیرا دل صاف ہو۔ تو بہادروں کو جنم دینے والی ہو۔ تیری ساس تیری عقل سے متاثر ہو۔ تیرا سسر تیری سمجھداری سے متاثر ہو۔ تیری نند تیری عزت کرے۔ تیرے دیور تیرا ادب بجالائیں۔"

—— رگ وید

سو اُستادوں کا ایک اُستاد — ماں

"میں نے مستعدی اور حوصلہ اپنی ماں کی گود میں سیکھا ہے۔"

—— نپولین بوناپارٹ

آرام مہیا کرنے والی

"میرا خیال ہے کہ جو آدمی کسی خاص مقصد کے لئے اپنا وقت صرف کرنا چاہتا ہو، اُسے ضرورت ہے کہ کوئی ہستی اُس کے آرام و آسائش کا خیال رکھے، اور اس کام کے لئے بیوی سے زیادہ موزوں شخصیت اور کوئی نہیں ہو سکتی۔ میں تو بیوی کے بغیر زیادہ عرصہ زندگی بسر نہیں کر سکتا۔"

—— سٹرول تھارن (ممبر پارلیمنٹ)



"مشہور ہے کہ عورت کی پیدائش مرد کے جسم سے ہوئی۔ لیکن وہ نہ تو اُس کے سر سے نکلی ہے کہ اس پر حکومت کرے، نہ اُس کے پیروں سے نکلی ہے کہ اسے کچلا جائے۔ بلکہ اس کے پہلو سے نکلی ہے تاکہ اس کے ساتھ مساوات کا درجہ رکھا جائے۔ اس کی بغل میں رہے تاکہ اس کی حفاظت کی جائے، اور اس کے دل سے قریب ہو تاکہ اس سے محبت کی جا سکے۔"

——— ایم ہنری

"شادی ہی ایک ایسا طریقہ ہے جس سے مرد تحریری و غیر تحریری قوانین کی خلاف ورزی کئے بغیر ایک عورت کے ساتھ گہری دوستی قائم رکھ سکتا ہے۔"

——— پروفیسر ایم۔ اے ولکن

نیکی و قربانی کی تصویر

"آہ! اگر کبھی طرح عورت کا محبت سے لبریز مگر سربستہ دل کسی طرح مرد کے سامنے کھل سکے تو لاتعداد دبا دبا کر رکھے ہوئے محبت کے جذبات، اَن گنت چھپا چھپا کر رکھی ہوئی قربانیاں اور بے حساب پوشیدہ نیکیاں اُسے اس کے دل کے گوشوں میں آرام پذیر نظر آئیں گی۔"

——— وکٹر

"عورت پالتو کتے سے زیادہ نمک حلال، کشتی کے پیندے سے زیادہ پختہ، محل کے ستون سے بڑھ کر مضبوط ہے۔ منجدھار میں موت کے غوطے کھانے والے انسان کو کنارا جتنا پیارا ہو سکتا ہے، عورت اس سے پیاری ہے۔ ریگستان میں پیاس سے نڈھال آدمی کے لئے پانی جتنا میٹھا ہو سکتا ہے، یہ اُس سے بھی زیادہ میٹھی ہے۔"

——— ینگ

"مرد جب تک عورت حاصل نہیں کرتا، تب تک ادھورا ہی رہتا ہے۔"

——— واسدیو سنگھتا



روشنی دکھانے والی

"عورت کی آنکھوں میں خدا نے دو چراغ رکھ دئے ہیں تاکہ دُنیا کے بھولے بھٹکے لوگ ان کی روشنی میں اپنا کھویا ہوُا راستہ دیکھ سکیں"

——— بس

"اے عورت! خُدا نے تجھے مردوں کو ٹھیک کرنے کے لئے بنایا ہے۔ اگر تُو نہ ہوتی تو مرد حیوان سے بھی بدتر ہوتا۔ بہشت میں کیا ہے جو تجھ میں نہیں"۔

——— آلوٹے

حوصلہ بندھاتی ہے

"جو شخص سمجھتا ہے کہ مصیبت میں گھبرا جاتی ہے، وہ عورت کی فطرت سے لاعلم ہے۔ طوفان آجائے، مصائب کی گھٹا چھا جائے، دولت چلی جائے، صحت رخصت ہو جائے، چاروں طرف تکلیفیں آفتیں ہوں، یہ دیکھ کر مرد گھبرا جاتا ہے، عورت نہیں گھبراتی"۔

——— سینڈل

"مرد عورتوں کے حق میں جو چاہیں کہیں، لیکن وُہ اُن پر حکومت کرتی ہے"۔

——— پیکرا سٹاف

"عورت کے دل میں بھرا ہوُا ہمدردی اور محبّت کا جذبہ مجھے اُس سے محبّت کرنے پر مجبور کر سکتا ہے"

——— شکسپیئر

دُوسرا باب

دُکھ سُکھ کے ساتھی



اچھے ساتھی کا ہونا سکھی ازدواجی زندگی کی پہلی شرط ہے۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ شوہر اور بیوی دونوں کو ایک دُوسرے کا سچّا ساتھی بننا چاہیئے۔ سچّے ساتھی کو پاکر بیوی کی زندگی پھُول کی طرح کھل اُٹھتی ہے۔ اور عورت اتنی کسی چیز کی بھوکی نہیں ہوتی جتنی اس چیز کی کہ کوئی اُس کا بھی "اپنا" ہو۔ زندگی کے ہنگامہ میں کتنی ہی آوازیں سُنائی دیتی ہیں۔ یہ ملی جُلی آوازوں کا شور، انسان کو گھبرا دیتا ہے۔ عورت اس کے درمیان ایک خاص --- ان سب سے اُوپر اُٹھ کر اُسے الگ پُکارنے والی آواز سُننا چاہتی ہے۔ وُہ اِس بھیڑ میں چلتی ہوئی بھی ایک خاص ساتھی چاہتی ہے۔ اپنی ایک آزاد مریادا چاہتی ہے۔ وُہ بھیڑ کو اپنا سب کچھ سونپ دینا نہیں چاہتی۔ اِس لئے اُس کا دل ایک خاص شخص کی مانگ کرتا ہے جسے وُہ اپنا سب کچھ سونپ سکے، جسے وُہ پُوری طاقت سے اپنا سکے، جسے وہ پُورے بل سے اپنا کہہ کر پُکار سکے!

عورت کی بھوک

بھیڑ سے الگ ہو کر عورت آج تمہارے قریب آئی ہے۔ اس کا دِل کتنی ہی آرزوؤں سے بھرا ہُوا ہے۔ اِس میں اُمنگیں ہیں، حوصلے ہیں۔ یہ دُنیا سے الگ ہو کر بھی تمہارے آس پاس اپنی ایک الگ دُنیا بنانے کے لئے آئی ہے۔ عورت چاہتی ہے کہ وہ تمہیں زندگی کی کامرانیوں اور مسرّتوں سے ہمکنار کرے اور خود بھی ہم آغوش ہو!

اگر تم ریگستان میں جھرنا بنانا چاہتے ہو، اگر تم پُرسکون گھریلو زندگی کی بُنیاد ڈالنا چاہتے ہو تو تمہیں سب سے پہلے عورت کا سچّا ساتھی بننے کی شرط پُوری کرنا چاہیئے۔ دُنیا میں صرف تمہیں لے کر، تمہارے ساتھ چلنے کا اُس کا جو جذبہ ہے، اُسی پر تمہارے سُکھ کا محل کھڑا ہو گا۔ اُسے محسوس نہ ہونے دو کہ اُس کا "اپنا" کوئی نہیں ہے۔ دُنیا کو چھوڑ کر تمہاری ہو جانے کا اُس کے دل میں جو جذبہ ہے، تم اُسے پُورے طور پر اپنالو۔ تم اُس کی ساری زندگی پر چھا جاؤ۔

سچّا اور اچھا ساتھی بننے کا مطلب کیا ہے؟ اِس کا مطلب یہ نہیں ہے کہ تم رات دن اپنی بیوی کے ساتھ سائے کی طرح لگے رہو۔ نہ اِس کا یہ مطلب ہے کہ تم اُسے دولت سے بھر دو، گہنوں سے لاد دو۔ اِس کا مطلب یہ بھی نہیں ہے کہ تم اُس کی ہر آرزو اور ہر خواہش پر سر جھکا دو۔ ایسا شوہر جو صرف بیوی کا غلام بن گیا ہے، عورت کے لئے کچھ خاص فخر و ناز کا باعث نہیں بنتا۔ سچ تو یہ ہے کہ وہ بیوی کو خاطر خواہ طور پر مائل بھی نہیں کر سکتا۔ وہ ایک ذلیل خدمتگار ہو کر رہ جاتا ہے۔ عورت اُسے پا کر فخر و غرور محسوس نہیں کر سکتی۔ نہ ایسے شوہر سے اُس کی اچھے ساتھی کی بھوک مٹ سکتی ہے۔

سچّا مرد

عورت چاہتی ہے کہ اُس کا شوہر اُس کا دوست ہو۔ وہ چاہتی ہے کہ اُس کے اور تمہارے



دل کے درمیان کوئی پردہ کوئی دیوار نہ ہو۔ وہ چاہتی ہے کہ تم اُسکی کمزوریوں، غلطیوں اور

کمیوں کو پوری ہمدردی سے دیکھو اور آہستہ آہستہ اُنہیں دُور کرو۔ وہ چاہتی ہے کہ زندگی کی راہ میں تم اُس کے رہنما ہو۔ جب مشکلات کا سامنا ہو، مصیبتوں کے بادل گھِر رہے ہوں، تم اُسے اپنے بازوؤں کے سائے میں رکھو۔ وہ چاہتی ہے کہ تم عورت نہ ہو۔ سچّے مرد ہو۔ محبّت سے اُس کے دل پر حکومت کرو ؛

تمہاری بیوی تمہیں اپنے ساتھی، محافظ، سوامی اور رہنما کے رُوپ میں دیکھنا چاہتی ہے۔ جب تک تم اِن باتوں پر توجّہ نہ دوگے، وُہ تمہیں اچھا ساتھی ہرگز نہیں سمجھ سکتی۔ اور جب تک اُسے اِس طرف سے اطمینان نہ ہوگا، اُس کے دل کی کلی کِھل نہیں سکتی۔ وُہ اندر ہی اندر کمھلاتی جائے گی ؛

میں نے دیکھا ہے کہ عورت کی اس بھوک کو نہ سمجھ سکنے کے باعث کتنے لوگ اپنی گھریلو زندگی کو کامیاب بنانے میں بُری طرح ناکام ہوتے رہیں!

ایک مثال

کچھ ہی دن ہوئے، میرے پاس میرے ایک دوست کا خط آیا۔ یہ ایک اچھّے کاروباری ہیں۔ ان کے پاس مٹّی کے تیل اور پٹرول کی ایجنسی ہے۔ کھاتے پیتے آدمی ہیں۔ اوسط درجے کی زندگی گزارتے ہیں۔ بہت حد تک سمجھدار آدمی ہیں۔ صحت اچھی ہے۔ کاروبار کے گُر اور تہذیب و اخلاق سے باخبر ہیں۔ سبھاؤ کے بُرے نہیں۔ اُن کی شادی ہوئے بھی کئی سال ہو گئے۔ انہوں نے اپنا دُکھڑا لکھ بھیجا تھا۔ اُنہوں نے لکھا تھا کہ "میں نے اپنی بیوی کو سُکھی رکھنے کے لئے سب کچھ کیا۔ جب وُہ بیاہ کے بعد گھر آئی تو میں اُس کے لئے راحت و آسائش کے لئے سارے سامان مہیّا کرتا رہا۔ کچھ دن تک تو یہ سمجھا کہ اپنے میکے سے بچھڑنے کا دُکھ ہوگا۔ لیکن مہینے پر مہینے گزرتے گئے اور اُس کی اداسی دلی میں کوئی کمی نہ ہوئی۔ یہ سوچ کر کہ شاید گھر میں ساس نند کے خشک برتاؤ سے اُس کا جی نہ لگتا ہو، الگ مکان لے کر بھی رکھا۔ لیکن نہ جانے اُس کا کیسا مزاج



ہے۔ مجھے دُوسری شادی کرنے کے لئے لوگوں نے بہت زور دیا۔ اب بھی گھر کے لوگ برابر یہی کہتے ہیں کہ تم اس کے پیچھے اپنی زندگی کیوں تباہ کر رہے ہو۔ لیکن میں سوچتا ہوں کہ شاید آگے چل کر اس کا مزاج بدل جائے۔ پھر ایسا کرنا اس کے ساتھ بے انصافی ہوگی۔" ان باتوں کو انہوں نے بہت تفصیل سے لکھا تھا اور مجھ سے رائے مانگی تھی کہ کیا کرنا چاہیئے۔ میں نے تصویر کا دُوسرا رُخ بھی دیکھا۔ اُن کی بیوی سے پتہ لگایا کہ آخر بات کیا ہے؟ کئی باتیں معلوم ہوئیں جن کا یہاں لکھنا مناسب نہیں ہے اور اس کی ضرورت بھی نہیں۔ میری گفتگو کے لئے اتنا ہی کافی ہے کہ بیوی کو اچھے اور سچے ساتھی کی جو بھوک تھی وہ مٹی نہ تھی۔ پتی دیوتا سوچتے تھے کہ کھانے پینے، پہننے اوڑھنے کا معقول بندوبست ہے۔ آرام وراحت کے سارے سامان مہیا ہیں۔ تب یہ اُداس اور افسردہ

کیوں ہے ؟ لیکن عورت اِس کے لئے اپنے شوہر کے پاس نہیں آتی۔ وہ اپنا سب کچھ لئے کسی کے ہاتھ میں اپنے کو سونپنے کی آرزو لے کر آتی ہے۔ وہ اپنا تن من سب سونپ دینا چاہتی ہے اور جب یہ نہیں کر پاتی تو اس کی زندگی پر ایک گہری افسردگی و بے دلی چھا جاتی ہے۔

عورت سب سے پہلے زندگی کا ایک ساتھی چاہتی ہے۔ ایسا ساتھی جو اُس کی پہنچ سے دُور نہ ہو۔ جو اُس کے ذہن کے اُفق کو روشن اور رنگین کر دے۔ جو اُس کی رُوح کو حسین سپنوں اور تمناؤں سے بھر دے، جسے پاکر وہ محسوس کرے کہ مجھے کوئی "اپنا" مل گیا ہے جو زندگی کے ہر میدان میں اس کا سچا ساتھی ثابت ہو اور جب وہ زندگی کے دُشوار گذار اور انجانی راہ میں کھڑی ہو، تب بھی جس کے ساتھ رہ کر اُسے اکیلے پن کا احساس نہ ہو۔ جب تک ایسا ساتھی نہ ملے، عورت کی زندگی شگفتہ و شاداب نہیں ہو سکتی۔

تمہاری محبّت کا مرکز

زندگی کی کامیابی کی دُوسری شرط یہ ہے کہ تم اپنی بیوی کو اپنی محبّت کا مرکز بنا لو۔ اُسے محسوس ہو کہ تم تمام تر اُس کے ہو۔ کسی دُوسری عورت کے حُسن و شباب میں تمہارے لئے کوئی کشش نہیں ہے۔ اِس کا یہ مطلب نہیں ہے کہ دُنیا میں تم کسی اَور کو پیار نہیں کر سکتے۔ پیار تو ہر ایک کو کر سکتے ہو اور ہر ایک کو کرنا چاہیئے۔ اِس زندگی کا سارا دار و مدار پیار و محبّت ہی پر ہے۔ ساری دُنیا محبت کے محور پر گھوم رہی ہے۔ اس کے بغیر سماج کی ترقی نا ممکن ہے۔ اس لئے ساری دُنیا کی طرف سے آنکھیں بند کر کے تم صرف اپنی بیوی ہی کے ہو کر نہیں رہ سکتے۔ اُسے لے کر تمہیں دُنیا بنانی ہے اور دُنیا کے ساتھ چلنا ہے۔ میرا مطلب یہ ہرگز نہیں کہ بیوی ہی تک تمہاری آرزوئیں اور اُمیدیں ختم ہو جائیں۔ میرا مطلب اِتنا ہی

ہے کہ زندگی کے ہر میدان میں تم اُس کی محبّت کو لے کر چلو ؂

چند سال بعد

یہ بتا دینا ضروری ہے کہ میرا مطلب یہ نہیں کہ دُوسروں کی طرح تم محض کچھ دنوں کے لئے اپنی بیوی کو اپنی محبت کا مرکز بناؤ۔ آج کل بہت سے گھروں میں یہی ہو رہا ہے۔ چار دنوں کی چہل جوانی کو گدگداتی ہے۔ زندگی میں ایک مٹھاس کا احساس ہوتا ہے۔ جذبات کی ترنگ میں شوہر بیوی سے طرح طرح کی لمبی چوڑی باتیں کرتا ہے۔ وُہ کہتا ہے۔ "تم میری جان سے بھی پیاری ہو' یا تمہارے لئے میں جان بھی دے سکتا ہُوں۔ تم میری زندگی کا سرمایہ ہو"۔ یہ ظاہر ہے کہ ایسی باتوں کا کچھ مطلب نہیں ہوتا۔ یہ محض جذبات کا سیلاب ہوتا ہے۔ اُس وقت مرد کے دِل کی حالت ایسی ہوتی ہے کہ وُہ جو کچھ کہتا ہے' اُس کا مطلب پُوری طرح سمجھتا بھی نہیں مشہور افسانہ نگار منشی پریم چند آنجہانی نے کہیں لکھا ہے کہ ۔۔۔ "جب جوانی ڈھلنے لگتی ہے یا شادی کو پانچ سات سال گُزر جاتے ہیں تو مرد اپنی بیوی سے نظر بچاتا ہے۔ اُس سے دُور رہنے کی کوشش کرتا ہے۔ کم سے کم پہلے کی اُمنگوں کا اب کہیں نشان بھی نہیں رہ جاتا۔ آخر میں زندگی میں حرکت نہیں رہ جاتی۔ سب کچھ بے کیف و بے لذّت ہو جاتا ہے" ؂

اِس کے برعکس سچّی محبّت آہستہ آہستہ پنپتی ہے۔ اور جُوں جُوں دن گُزرتے جاتے ہیں، اس کی روشنی اور طاقت بڑھتی جاتی ہے۔ اُس میں نشہ نہیں، مگر لطف و لذّت ہوتی ہے۔ اِس میں تشنگی نہیں، آسُودگی ہوتی ہے۔ سچّا پریم بھگوان کا سرُوپ ہے۔ اس لئے اس میں اضطراب و بے چینی نہیں، سکُون ہوتا ہے ؂

ایک ساتھ مریں گے

چند سال ہوئے "ٹائی ٹینک" نام کا ایک بہت بڑا جہاز ڈوبا تھا۔ اِس کے ساتھ جو تھوڑی سی عورتیں ڈوبی تھیں، اُن میں ایک مسز سٹراس بھی تھی۔ اُس کے ڈوبنے کی وجہ یہ تھی کہ وہ اپنے خاوند کو نہیں چھوڑ سکتی تھی۔ جس وقت مسافر گھبراہٹ میں لائف بوٹوں (جان بچانے والی کشتیاں) میں بیٹھ رہے تھے اُس وقت دونوں میاں بیوی بے خوف وخطر عورتوں اور بچوں کو لائف بوٹوں میں بیٹھنے میں مدد دے رہے تھے۔ آخر میں مسٹر سٹراس اپنی بیوی کو بھی کسی کشتی میں بیٹھ کر جان بچانے کے لئے مجبور کرنے لگا۔ اُس نے زبردستی اُسے ایک کشتی

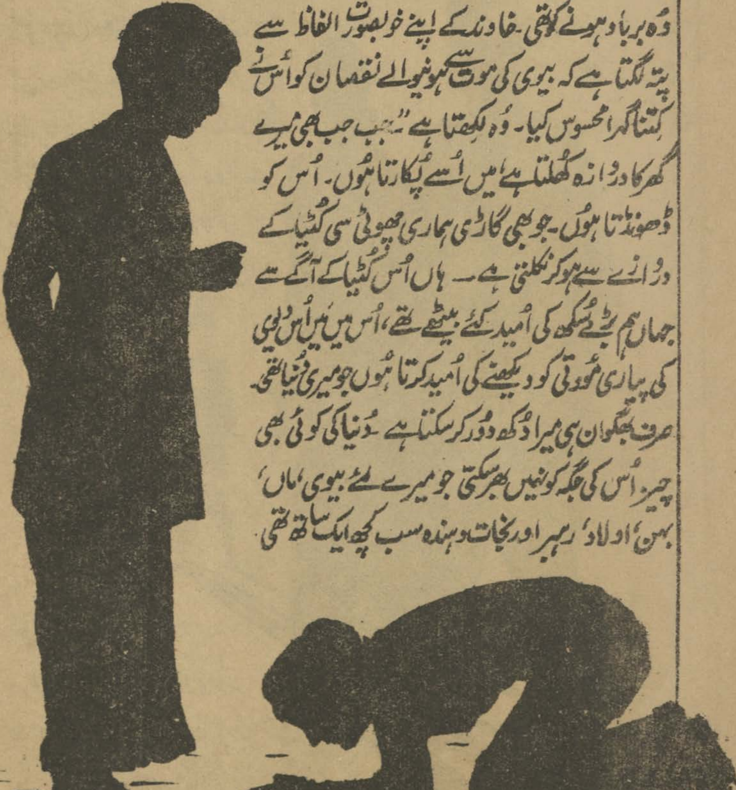


میں بٹھا بھی دیا۔ لیکن بیٹھتے ہی اُچھل پڑی اور اِس سے پیشتر کہ اُس کا خاوند اُسے روک سکے، وہ جہاز کے تختہ پر جا چڑھی۔ وہاں اُس نے خاوند کا بازو پکڑ کر اپنی بغل کیساتھ لپیٹ لیا اور بولی — "ہم برسوں اکٹھے رہے ہیں۔ اب ہم بوڑھے ہوگئے ہیں

جہاں آپ جائیں گے، وہیں میں جاؤں گی"!

میری دُنیا

ایڈون لُوتھ نامی ایک امریکن کا چھوٹی عمر میں ہی بیاہ ہوگیا تھا۔ میاں بیوی کی آپس میں بہت محبت تھی۔ بیوی کا خاوند پر کتنا بھاری اثر تھا، اِس کا پتہ اس بات سے لگتا ہے کہ بیوی کی موت کے بعد، صرف اُس کی یاد سے ہی، خاوند نے شرابنوشی کی عادت ہمیشہ کیلئے چھوڑ دی۔ حالانکہ اُس کے جیتے جی خاوند کی اِسی حالت سے وُہ برباد ہونے لگی تھی۔ خاوند کے اپنے خوبصورت الفاظ سے پتہ لگتا ہے کہ بیوی کی موت سے ہونیوالے نقصان کو اُس نے کتنا گہرا محسوس کیا۔ وُہ لکھتا ہے "جب جب بھی میرے گھر کا دروازہ کھلتا ہے، میں اُسے پکارتا ہوں۔ اُس کو ڈھونڈتا ہوں۔ جو بھی گاڑی ہماری چھوٹی سی کُٹیا کے دروازے سے ہو کر نکلتی ہے۔ ہاں اُس کُٹیا کے آگے سے جہاں ہم بڑے سُکھ کی اُمید کئے بیٹھے تھے، اُس میں میں اُس دیوی کی پیاری مُورتی کو دیکھنے کی اُمید کرتا ہوں جو میری دُنیا تھی۔ صرف بھگوان ہی میرا دُکھ دُور کرسکتا ہے۔ دُنیا کی کوئی بھی چیز اُس کی جگہ کو نہیں بھر سکتی جو میرے لئے بیوی، ماں، بہن، اولاد، رہبر اور نجات دہندہ سب کچھ ایک ساتھ تھی۔



میرے لئے سب کہیں تاریکی ہی تاریکی ہے۔ مجھے کچھ نہیں سوجھتا کہ میں کہاں جاؤں۔ زندگی کی اُجڑی دُنیا کو کدھر لے جاؤں!"

اُس کا پیارا خاوند

فرانس کی ایک شادی شدہ نازنین ولٹ اپنی زندگی کی بہاری عیش وعشرت سے مُنہ موڑ کر اپنے کوڑھی خاوند کے ساتھ جنگل میں رہنے کیلئے چلی گئی ہے۔ وہاں وہ دُنیا سے بالکل الگ دن گزار رہی ہے۔ وہ دیکھتی ہے کہ خوفناک موت آہستہ آہستہ ہاتھ بڑھا رہی ہے۔ تو بھی وہ اِس بات میں خوشی محسوس کرتی ہے کہ وہ اپنے پیارے خاوند کے دُکھ درد کو ہلکا کر سکتی ہے۔ وہ کہتی ہے "وہ محبت کس کام کی جو سُکھ اور دُکھ دونوں میں یکساں حصہ نہیں لیتی، جو خوشحالی میں ساتھ رہتی اور مصیبت میں چھوڑ جاتی ہے۔ جب تک اپنے خاوند کی زندگی کو زیادہ قابلِ برداشت اور باآرام بنا سکتی ہوں، میں ہر طرح سے خوش ہوں اور جانتی ہوں کہ میں اسے قابلِ برداشت اور باآرام بنا رہی ہوں۔"



بہادر بیوی

گیری بالڈی کے پریم کے لئے اس کی بیوی انٹا نے اپنے سُکھ اور آرام پر لات مار کر اپنے خاوند کے ساتھ کئی سالوں تک جنگل کے خوف اور تکلیفیں بخوشی برداشت کیں۔ وہ اس کے ساتھ مل کر لڑتی۔ گھائل ہو جانے پر خوشی سے چھپاتی۔ بھوک، پیاس اور غنیم سے تعاقب کئے جانے پر ہزاروں مصیبتوں کا سامنا کرتی۔ سُنسان پہاڑی قلعوں میں بچوں کی پرورش کرتی اور جیسے جیسے وہ دشمنوں سے چھپ کر بھاگتا پھرتا رہا، ویسے ویسے وہ بھی اُس کے ساتھ چھپتی پھرتی رہی اور مرتے دم خاوند کی محبت سے ملنے والے سکھ کے لئے اُس کا شکریہ ادا کرتی اور دعائیں دیتی گئی۔







دِل کی ملکہ

لارڈ جان لارنس اپنے ڈرائنگ رُوم میں بیٹھے تھے۔ اُن کی ہمشیرہ اور گھر کے باقی افراد بھی وہاں موجود تھے۔ سب پڑھنے میں مصروف تھے۔ کتاب پڑھتے پڑھتے لارڈ موصوف نے جو سر اُٹھایا تو معلوم ہوا کہ ان کی بیوی کمرے سے چلی گئی ہے۔ ایک بیٹی سے دریافت کیا۔ تمہاری ماں کہاں ہے؟ بیٹی نے جواب دیا۔ ماں بالاخانے پر گئی ہے۔ لارڈ موصوف پھر کتاب پڑھنے لگ گئے لیکن چند لمحوں کے بعد اُنہوں نے پھر سر اُٹھا کر وہی سوال بیٹی سے کیا اور بیٹی نے وہی پہلے والا جواب دیا۔ وہ پھر پڑھنے میں لگ گئے۔ چند منٹ بعد پھر سر اُٹھا کر وہی سوال دہرایا۔ اس مرتبہ اُن کی ہمشیرہ بول اُٹھی ــ "ہیں! جانؔ! ایسا معلوم ہوتا ہے کہ تم اپنی بیوی کے بغیر ایک منٹ بھی نہیں گزار سکتے!"

لارڈ موصوف بولے ــ "اسی لئے تو مَیں نے اس کے ساتھ شادی کی ہے!"

کامیاب عورتیں

ایک مشہور خاتون لکھتی ہیں "میں نے مرحوم ڈکسن سے دریافت کیا کہ اُن کے خیال میں کیا وجہ ہے کہ بعض عورتیں اپنے خاوندوں کے دِلوں کو مضبوطی سے ہمیشہ کے لئے اپنے بس میں کر لیتی ہیں یعنی عورت میں ایسا کونسا وصف ہوتا ہے جس کی وجہ سے اُس کا خاوند لمبے سے لمبے عرصہ تک اُس کے ساتھ محبت کرتا رہتا ہے؟ مسٹر ڈکسن نے صرف اتنا جواب دیا کہ "عورت کو مرد کا تکیہ یا سرہانہ بن جانا چاہیئے۔" اس جواب سے میری تشفی نہ ہوتی دیکھ کر اُس نے نظر غور سے میری طرف دیکھا اور کہا "یہی ایک بات ہے جو آدمی اپنی بیوی سے چاہتا ہے۔ آدمی کو دُنیا میں کافی جوش و خروش اور مخالفت سے واسطہ پڑتا ہے۔ وہ اپنے دِل میں یہ محسوس کرنا چاہتا ہے کہ کم از کم دُنیا میں کوئی جگہ ایسی بھی ہے جہاں اُس کا کوئی دردِ شریک ہے، جہاں اُس کو آرام مل سکتا ہے، جیسے ایک تکیہ سے تھکے ہوئے سر کو چین ملا کرتا ہے۔ کیا تم خیال کرتی ہو کہ کوئی مرد ایسی عورت سے منحرف ہو سکتا ہے جو جہاں دُوسرے لوگ زخم لگاتے ہوں، وہاں مرہم کا کام دیتی ہے؟



گرہست کو سورگ بنانے کا نسخہ

جب تھیوڈور کی شادی ہوئی تو اُس نے شادی کے دن اپنے روزنامچہ میں مفصلہ ذیل تجاویز درج کیں :- (۱) جب تک کوئی خاص وجہ نہ ہوگی، میں اپنی بیوی کی مرضی کے خلاف نہیں چلونگا۔ (۲) میں اپنی بیوی کی خاطر تمام فرائض کو آزادانہ طور پر پُورا کرُونگا۔ (۳) اس کی طرف کبھی خفگی سے نہیں دیکھونگا۔ (۴) حکم دے دے کر اُسے تنگ نہیں کرُونگا۔ (۵) اُس کی کمزوریوں پر چشم پوشی کرونگا۔ (۶) ہر وقت اس کی حفاظت کرُونگا۔ (۷) دُعا مانگتے ہوئے اُس کو یاد کرونگا ؛ بیوی کے ساتھ کیسا سلوک کرنا چاہئے۔ اس کی بابت کسی نے دانائی کی بات کہی ہے کہ :-

"اوّل بیوی حاصل کرو۔ دوم باصبر بنو۔"



گرہست شاستر



خُدا کے بعد اگر ہم کِسی کے ممنونِ مِنّت ہیں تو وُہ عَورت ہَے ؏

اِس کا پہلا احسان تو یہ ہَے کہ یہ ہمیں زِندگی بخشتی ہَے۔ اَور دُوسرا یہ کہ

یہ ہماری زِندگی کو اِس قابل بنا دیتی ہَے کہ اِس کی آرزُو کی جائے ؏ (بوڈے)

ایک کا دِل دُوسرے کا دِل ہو جائے



میاں بیوی کا ہے وہ پاکیزہ رِشتہ　　کہ جس کا زمانہ میں ثانی نہیں ہے
تمدن کا گھر چشمہ پاکیزگی کا　　سِوا اِس کے دُنیا میں کوئی نہیں ہے
یہ تقدیس کی رُوح ہے فی الحقیقت　　فقط اِس میں نیکی ہی نیکی نہیں ہے
یہ افزائش نسل کا ہے ذریعہ　　فقط عیش و عِشرت کی کُنجی نہیں ہے
محبت صداقت پہ اِس کی بِنا ہے　　یہ نفسانی جذبوں پہ مبنی نہیں ہے

یہ سمجھاتی ہے معنیٔ آفرینش!
جو ہے اِس کی عظمت کِسی کی نہیں ہے

● ایک کی جان دُوسرے کی جان ہو جائے ●



میاں کی جو مرضی، وہ بی بی کی مرضی — نہ ہو گر تو پھر لُطف شادی نہیں ہے
نہ ہو عادتوں میں توافق تو کر لو — بغیر اس کے دَم بھر بھی بنتی نہیں ہے
محبّت، اطاعت، سلیقہ، کفایت — نہ ہو بی بی میں گر تو بی بی نہیں ہے
رضاجوئی، اُلفت، وفا، آدمیّت — نہ شوہر میں گر ہو تو کچھ بھی نہیں ہے
وہ شوہر ہے اچھا کہ فطرت میں جس کی — نفاق اور کچھ بد سگالی نہیں ہے

میاں بیوی کو مِل کے باہم ہے رہنا
نہ ہو یہ تو پھر لُطف شادی نہیں ہے

گرہست شاستر



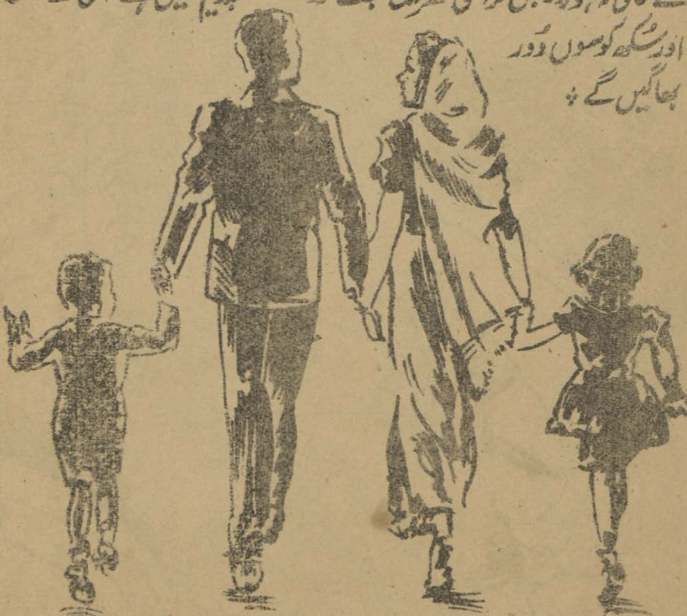
جو عورت یہ خواہش رکھتی ہے کہ اُسے لوگ
دیکھیں، وہ اعتبار کرنے لائق نہیں ہے۔

محبت اور پریم

گرہست ایک چھوٹا سا باغیچہ ہے جس کے خوشنما پھول بال بچے ہیں۔ ماں باپ مالی اور مالن کی حیثیت رکھتے ہیں۔ جو مالی درختوں اور پودوں کو محبت اور محبت کے پانی سے سیراب کرتا رہتا ہے، اُنہی کے پودے میں پتے اور پھل پھول آتے ہیں۔ جو ایسا نہیں کرتے، وُہ باغ کے دشمن ہیں!

گرہست ایک چھوٹا سا مندر ہے۔ ماں باپ اُس کے وشنو اور لکشمی ہیں۔ لڑکے بالے اس کے پجاری ہیں۔ ہر شخص کو یہ امر ذہن نشین کر لینا چاہیے کہ اگر گرہست کو مندر نہ بنا لیا گیا تو پھر اس میں کرم دھرم کی خوبصورتی پیدا نہ ہو گی۔

جس عمارت کی بنیاد مضبوط نہیں ہوتی وُہ کمزور رہے گی اور اُس میں رہنا خطرہ سے خالی نہ ہو گا۔ جس گرہستی گھر میں محبت اور پریم نہیں ہے اُس سے شانتی اور سُکھ کوسوں دُور بھاگیں گے۔



گھر کی رانی

صادق بیوی تلاش سے ملتی ہے۔ وہ نمائشی سامان کی طرح اپنے آپ کا اظہار نہیں کرتی۔ وہ فیشن کی دلدادہ نہیں ہوتی لیکن جب وہ مل جاتی ہے تو واہ وا اُس کے دل کا کیا کہنا کیسا وسیع، پاک و صاف اور نسوانی دل ہوتا ہے۔ مگر ایسے دل کی محبت تم کو حاصل ہو جاتی ہے تو تمہاری دو ہزار روپیہ کی سالانہ آمدنی لاکھوں روپیہ کی معلوم ہونے لگ جاتی ہے ایسی بیوی تم سے کبھی نہ کہے گی کہ میرے لئے نوکر کا بندوبست کرو یا کوئی اعلےٰ درجہ کا مکان تلاش کرو۔ وُہ سادہ لباس پہنکر گزارہ کریگی۔ وُہ تمہاری بیٹھک کے کمرہ میں خواہ وُہ کتنا ہی غریبانہ کیوں نہ ہو، ہر چیز کو صاف ستھرا رکھیگی۔ اور جب تم گھر آؤ گے تو وُہ ایسے لہجہ میں خوش آمدید کہے گی کہ تم اپنے گھر کی غریبی کو بالکل بھول جاؤ گے ء



تیسرا باب

شادی کرو اور دیر تک جیو

قُدرت نے مرد عورت میں خواہشات کا ایک جذبہ پیدا کیا ہے۔ اِس جذبہ کے زیرِ اثر مرد کو عورت کی اور عورت کو مرد کی ضرورت ہوتی ہے۔ دُوسرے لفظوں میں فطرتاً عورت مرد کی طرف جُھکتی ہے اور مرد عورت کی طرف رجوع کرتا ہے۔ جب تک دونوں ذی حس ایک دُوسرے سے باہمی رشتہ نہیں جوڑ لیتے، بہت بے چین رہتے ہیں۔ اِس بے چینی کو دُور کرنے کے لیے دو مختلف اجناس کے افراد کو شادی کے ذریعہ ملا دیا جاتا ہے۔ ٹالسٹائی کے الفاظ میں :-

"عشق، جذباتی عشق ایک زبردست طاقت ہے۔ یہ دو مختلف یا مذکر و مؤنث جنس کے جانداروں میں پیدا ہوتا ہے اور اُنہیں شادی کی طرف لے جاتا ہے"۔

ایک اور ایک دو

عورتوں کے مسئلے کے مشہور مصنف کے الفاظ میں — "جسم نما مندر میں بیٹھی ہوئی دو رُوحیں جب ایک دُوسرے کی عزت کرتی ہیں تو شادی دو دِل کر اُنہیں ملا دیتی ہے۔ رُوح کی اس خواہش کا ذکر انگلینڈ کے مہاتما ایڈورڈ کارپنٹر نے بڑی خوبی سے کیا ہے۔ وہ کہتے ہیں — "دُنیا میں ایک ایسا شخص ہونا چاہیے جس کے سامنے دِل کھول کر رکھا جا سکے۔ جس سے کسی قسم کا پردہ اور چُھپاؤ نہ ہو، جس کے جسم کا ہر ایک عضو اپنے ہی جسم کے اعضاء کی طرح پیارا ہو۔ جس کے ساتھ جائداد اور حقوق میں میرے اور تیرے کا کوئی خیال نہ ہو، جس کے دِل میں اپنے خیالات قُدرتی طور پر بہ کر پہنچیں، گویا وہ وہاں سے نئی رُوشنی حاصل کرنا چاہتے ہیں، جس کی اور اپنی زندگی کے سبھی دُکھ سُکھ اور محسوسات میں خود بخود گونج پیدا ہو۔ شاید

رُوح کی سب سے پیاری خواہش یہی ہے!"

شادی کا رواج ۔۔۔ ایک ضروری پابندی | مرد عورت دونوں کے اندر جسمانی اختلاف کے علاوہ کئی اور بھی فرق ہوتے ہیں۔ انسانوں کے مُفید مطلب کئی صفات صرف مَردوں میں ہوتی ہیں۔ مگر اُن کے مختلف دیگر کئی اوصاف عورتوں میں بھی ہوتے ہیں۔ اِن کمیوں کو پُورا کرنے کیلئے ہی مرد عورت باہمی تعلقات پیدا کرنے کیلئے آمادہ رہتے ہیں۔ جیسے طاقت، ہمّت، استقلال وغیرہ اوصاف کے لئے عورت مرد کی طرف سے، اور محبت، ممتا، ہمدردی، نزاکت اور رحمدلی کی صفات کے لئے مرد عورت سے خواہش رکھتا ہے۔ اِن صفات کی وجہ سے دونوں کے مابین ایک فطری انسانی کشش ہوتی ہے۔ یہ رُوحانی و جسمانی تعلق شادی کے ذریعہ بہت گہرا مضبوط اور دیرپا ہو جاتا ہے جو زندگی کے موسم بہار سے لے کر اس کے موسم خزاں تک ایک جیسا مُستقل اور خوبصورت رہتا ہے مختصر یہ کہ انسان کی نفسانی خواہشات سے پیدا ہونے والے جذبات پر شادی کا رواج ایک پابندی عاید کرتا ہے اور دونوں کی نفسانی خواہشات کو پُورا کر کے سماج میں طاقتور اور باہمت اولاد پیدا کرنے کا راستہ دکھلاتا ہے +

نیک چلنی کا سرٹیفکیٹ | شادی سے انسان میں مُستقل مزاجی اور سچّی لگن پیدا ہوتی ہے اور دُنیا میں کچھ کر دکھلانے کا خیال پیدا ہوتا ہے۔ شادی شُدہ مرد عورت جس طرح اپنے رفیق زندگی کی گراوٹ برداشت نہیں کر سکتے، اُمید کی جاتی ہے کہ اِسی طرح سے اپنے سے مختلف ساتھیوں کی گراوٹ میں حصّہ دار نہ بنیں گے۔ یہی سبب ہے کہ آج کل کنواروں کی نسبت شادی شدہ کے چال چلن پر زیادہ اعتماد کیا جاتا ہے۔ ایک ہندوستانی سکول کی انگریز پرنسپل نے ماسٹر کے لئے ایک نوجوان کی درخواست کو، اُس کے سداچار کے صرف اسی ثبوت پر کہ وُہ شادی شُدہ ہے منظور کر لیا۔ دُوسری طرف ایک گرلز سکول کے سیکرٹری نے ایک عورت کی درخواست کو اس لئے نامنظور

کیا کہ وہ زیادہ عمر ہونے پر بھی غیر شادی شدہ تھی۔ ان دونوں واقعات سے صاف ظاہر ہوتا ہے کہ غیر شادی شدہ مرد عورت کے چال چلن پر دنیا میں شک و شبہ رہتا ہے اور شادی انسان کے چال چلن اور اخلاق کی سب سے بڑی محافظ مانی جاتی ہے۔

عمر بڑھ گئی بعض لوگوں کا یہ خیال ہے کہ شادی کر کے گرہست چلانے میں جن مشکلات کا سامنا کرنا پڑتا ہے، اُن میں پڑ کر انسان کی عمر کم ہوتی جاتی ہے اور وہ کئی طرح کے گھریلو جھگڑوں میں پڑ کر اپنی تندرستی کھو بیٹھتا ہے لیکن سائنسدان اپنی تحقیقات کی بنا، پر اس نتیجہ پر پہنچے ہیں کہ شادی شدہ کی نسبت غیر شادی شدہ مرد عورتوں کی عمر کہیں زیادہ گھٹتی ہے اور اُن کی عمر کی میعاد بھی کم ہوتی ہے۔ پچھلے ۱۲ سال کے اعداد بتلاتے ہیں کہ شادی شدہ کی نسبت غیر شادی شدہ زیادہ مرتے ہیں۔ عرصہ مذکورہ میں ایک



لاکھ آدمیوں میں ہر سال مرنے والوں کی جو تعداد رہی، اُس میں ۱۲۱۸ کنوارے اور ۵۵۸ شادی شدہ تھے۔ اِسی طرح عرصہ مذکورہ میں شادی شدہ عورتوں کی تعداد اموات جہاں صرف ۵۰۷ تھی، وہاں غیر شادی شدہ کی تعداد ۱۰۲۹ تک پہنچ گئی!

بیماریوں سے بچنے کا نسخہ لیکن اِس سے بھی زیادہ قابلِ غور بات یہ ہے کہ شادی شدہ عورتوں کے مقابلے میں غیر شادی شدہ عورتیں امراض کا شکار کہیں زیادہ ہوتی ہیں۔ تپ دق سے مرنے والیوں میں شادی شدہ کی نسبت غیر شادی شدہ کی تعداد ۵۵ فیصدی زیادہ رہی۔ انفلوئنزا سے ۴۰ فیصدی کنوارے زیادہ مرے۔ دِل کی بیماری سے مرنے والے کنواروں کی تعداد ۴۵ فیصدی زیادہ رہی۔ پچھلے دِنوں نیویارک کے ڈاکٹر جیمز پیج اور کارل لینڈس کو پاگلوں کے دماغ کی جانچ کرنے کے لئے مقرر کیا گیا تھا۔ دونوں ڈاکٹروں نے اپنی رپورٹ میں لکھا ہے کہ شادی شدہ مردوں کی نسبت غیر شادی شدہ مرد ہی زیادہ پاگل ہوتے ہیں۔ اگر کسی جگہ دو شادی شدہ مرد پاگل ملیں گے تو چار غیر شادی شدہ مرد پاگل پائے جائیں گے۔ آپ کی رائے میں غیر شادی شدہ مردوں اور عورتوں کی نسبت شادی شدہ بہت کم پاگل ہوتے ہیں۔

اور یہ تو بالکل یقینی سی بات ہے کہ خودکشی کرنے والوں میں کنواروں کی تعداد کہیں زیادہ ہوتی ہے۔ عدالتوں کی رپورٹوں کی بناء پر کہا جا سکتا ہے کہ دُوسروں کا خون کرنے والوں میں غیر شادی شدہ لوگوں کی تعداد کہیں زیادہ ہے۔ اِس کا سبب شاید یہ ہو کہ شادی شدہ اشخاص خود کو جن ذِمہ داریوں میں بندھا سمجھتے ہیں، وُہ ذِمہ داریاں کنواروں کے کندھوں پر نہیں ہوتی ہیں ایسی حالت میں وُہ اپنے نصیب سے لاپرواہ رہتے ہیں۔

حُسن کے متوالے خبردار!

چاند سا مکھڑا اپنا نام خوبصورت دل

شادی کی دہلیز پر قدم رکھنے والے ہر نوجوان مرد اور عورت کی یہی دلی آرزو ہوتی ہے کہ اس کی زندگی جس ساتھی کے ساتھ بندھنے جا رہی ہے، وہ نہایت حسین ہو۔ نوجوان شادی سے پہلے آنکھوں میں خمار و مستی لے کر لڑکیوں کو دیکھنے جو جاتے ہیں، وہ جسمانی حُسن ہی کو دیکھتے ہیں۔ کسی کو لڑکی کے ہاتھ پاؤں سڈول اور اچھے نظر آئے، جھٹ ہاں کہہ دی۔ کسی نے سیب جیسے رُخسار اور گلاب کی پنکھڑی سے ہونٹ دیکھے اور مُنہ میں پانی بھر آیا۔ کوئی کنول سی آنکھوں اور لمبے بالوں پر زندگی کی بازی ہار بیٹھا۔ کسی نے پتلی کمر اور چاند سا سفید مکھڑا دیکھا اور لٹو ہوا۔ اخبارات میں چھپنے والے شادی کے جس اشتہار کو اُٹھا کر دیکھیں اس میں سب سے پہلی شرط ہوگی کہ لڑکی خوبصورت ہونی چاہیے۔ یہ



ہے موجودہ سماج کے شادی کرنے والوں کے دِل اور خواہشات کی تصویر!

آج کا نوجوان

آج کا نوجوان اپنی بیوی کو پرکھنے میں ظاہری حُسن پر سب سے پہلے نظر ڈالتا ہے۔ خود جاکر اُس کے رُوپ کو پرکھتا ہے اور اپنی سرشار آنکھوں کی کسوٹی پر کستا ہے اور دُوسرے پوشیدہ ذرائع سے بھی اُس کے جسمانی حُسن کے بارے میں اپنی تشفّی کرتا ہے۔ جب ہر طرح سے آنکھیں سیر ہو جاتی ہیں اور دِل کو اطمینان ہو جاتا ہے تو جھٹ شادی کی ٹھان لیتا ہے۔ شادی کر لیتا ہے۔ اب اگر اِس نوجوان کی رُوپ کی رانی اُس کے گھر آنے پر اپنے رُوپ سے اُس کی آنکھوں کی پیاس تو بُجھائے لیکن دِل کو مطمئن نہ کر سکے تو؟ جسمانی حُسن کی ملکہ ہونے پر بھی اگر دل کے حُسن کی بھکارن ہوئی تو؟ تو کیا اُس وقت نوجوان کو پچھتاوا نہ ہوگا؟ کیا اُس وقت وُہ دِل میں نہ کہے گا کہ اُس کی آنکھوں نے اُس کے ساتھ دغا کیا ہے؟ رُوپ کی پیاسی آنکھیں اکثر اِنسان کو دھوکا دے جاتی ہیں۔ ایسا دھوکا دے جاتی ہیں کہ اِنسان زندگی بھر پچھتاوے کی بھٹی میں جلتا رہتا ہے۔

کس سے شادی کرو گے؟

—— کہا جائے گا کہ پھر کیا بدصورت عورت سے شادی کی جائے؟ میں یہ نہیں کہتا کہ بدصورت ہی سے شادی کی جائے میں یہ جانتا ہوں کہ عورت کا حُسن مرد کو زندگی بخشتا ہے اور میں یہ بھی جانتا ہوں کہ مرد اپنا سب کچھ کھو کر ہمیشہ سے ناری کے رُوپ ساگر میں غوطے لگاتا چلا آ رہا ہے۔ عورت کے رُوپ نے بڑے بڑے رشیوں اور مُنیوں کے قدم کو بھی ڈگمگا دیا ہے۔ ماضی کی تاریخ کے اوراق میں تو کئی ایسی خونریزیوں کا بھی تذکرہ موجود ہے جس کی آگ عورت ہی کے حُسن سے بھڑکی ہے، اور ایسی بھڑکی ہے کہ لاکھوں کروڑوں اِنسان اِس میں جل کر خاک ہو گئے! یہ سب دیکھتے ہوئے بھی جب میرا خیال اِن ہولناک

نتائج کی طرف جاتا ہے تو مجھے یہی کہنا پڑتا ہے کہ دِل کے حُسن سے محروم عورت مرد کے لئے ویسی ہی ثابت ہوگی جیسے پتنگے کے لئے شمع کا شعلہ! مردوں اور عورتوں کی گذشتہ زندگی کی تاریخ بتاتی ہے کہ جتنے لوگوں نے عورت کے حُسن ہی کو سہارا سمجھ کر ازدواجی زندگی کا سفر شروع کیا، وہ بیچ ہی میں گر پڑے، اور ایسے گرے کہ پھر اُٹھ نہیں سکے۔ اِس لئے تم محض خوبصورتی کو مدِ نظر رکھ کر رفیقۂ حیات کا انتخاب نہ کرو۔ یہ تم ایک بہت ناپائدار بنیاد پر زندگی کی دیوار کھڑی کر رہے ہو۔ یاد رکھو، زندگی میں آندھیاں بھی آئیں گی اور بھونچال بھی آئیں گے اور تب یہ دیوار اُن کے دھکّے جھٹکوں کو برداشت نہ کر سکے گی۔ تب تم بے حال ہوؤ گے اور سُکھی ہونے کی بجائے زندگی ایک ناقابلِ برداشت بار ہو جائے گی!

عقل سے کام لو

عورت کے حُسن میں مرد کو دیوانہ بنا دینے کی حیرت انگیز طاقت ہوتی ہے۔ عورت کا ظاہری حُسن مرد کو حقیقت کی طرف جانے ہی نہیں دیتا۔ مرد کی آنکھیں جب عورت کے جسمانی حُسن میں اُلجھتی ہیں تو اُلجھی ہی رہ جاتی ہیں۔ عورت کے جسمانی حسن میں اُلجھ کر مرد اکثر زندگی کے حقائق کو بھول جاتا ہے اور اپنے فرائض اور ذمہ داریوں کو نظر انداز کر کے ہوس پرستی اور نفس کی غلامی کے غار میں جا گرتا ہے۔ اور بعد میں خون کے آنسو رویا کرتا ہے۔

اپسرا جیسی سُندر

میں ایسے بہت سے نوجوانوں کو جانتا ہوں جنہوں نے اپسرا سی سُندر اور خوابوں کی ملکہ سی حسین دوشیزاؤں کے ساتھ شادی کی ہے لیکن پھر بھی ان کی ازدواجی زندگی دُکھ سے بھری ہے۔ اس کے برعکس معمولی شکل وصورت کی لڑکیوں سے شادی کر کے کتنے سُکھ بھری زندگی گزار رہے ہیں۔ جنہوں نے اپنی زندگی کو دُکھ بھری بنا لیا ہے، اُنہوں نے شادی کے پہلے عورت میں صرف جسمانی حُسن تلاش کیا تھا۔ اور جن کی زندگیوں میں سُکھ کے ساگر لہرا رہے ہیں، اُنہوں نے حُسن کو اہمیت

دینے کی بجائے اُن خوبیوں کو اہمیت دی تھی جو عورت کے دل کا سرمایہ ہیں اور جنہیں پاکر ازدواجی زندگی ناز سے مُسکرا اُٹھتی ہے!

میں یہ نہیں کہتا کہ حُسن کی کوئی قیمت نہیں ہے لیکن میں اِتنا ضرور کہونگا کہ زندگی کی تگ و دو میں تم اِس چیز کے بھروسے پہ زیادہ کامیابی حاصل نہیں کر سکتے جو قطعی دیرپا نہیں ہے۔ اِس کے لئے کہیں زیادہ ٹھوس چیز کی ضرورت ہے۔ رُوپ کی چمک سے اندھے بن کر دُوسری زیادہ ضروری چیزوں کی طرف سے مُنہ نہ موڑو۔ یہ حُسن اوّل تو اِتفاق سے ملی ہوئی چیز ہے یعنی اِسے حاصل کرنے میں لڑکی نے کوئی کاوش نہیں کی۔ اِس سے اُس کے گنوں اور صلاحیتوں کا کوئی تعلق نہیں ہے۔ اِس سے اُس کے عادات و اطوار کا بھی پتہ نہیں چل سکتا تب اِس چیز کے لئے تمہاری اتنی للچائی نظر کیوں ہے؟ لڑکی میں پہلے گُن، میٹھے بول اور سبھاؤ کی اچھائی کیوں نہیں دیکھی جاتی؟ میٹھی بولی سہن شیل سبھاؤ، محنت پسندی فراخدلی ـــ یہ وُہ چیزیں ہیں جو عورت کو گھر کی لکشمی بناتی ہیں! لیکن آج اِن باتوں پر کون دھیان دیتا ہے؟ آج کا نوجوان شوہر تو بیوی میں لوچ، لچک اور حُسن و جوانی کے نشے کا پُورا توڑ چاہتا ہے۔ اور یہی وجہ ہے کہ گھر اتنے سُونے اور مسرت و شادمانی سے خالی ہو رہے ہیں +

جو شوہر سُکھ چاہتا ہے، اُس سے میں کہوں گا کہ رُوپ کی بُنیاد پر اپنے سپنوں کے محل نہ کھڑے کرو۔ صرف گوری کھال میں جو کشش ہے اُس پر زیادہ اعتبار اور بھروسہ نہ کرو۔ گنوں کو دیکھو، دل کو دیکھو، مزاج اور سبھاؤ کو دیکھو۔ اگر جیون ساتھی چُنتے وقت اِن باتوں کا خیال کرو گے تو یقیناً سُکھ بھری زندگی سے ہمکنار ہو گے! زندگی کی مسرتیں مُسکراتی ہوئی تمہارا سواگت کریں گی!!



اچھی بیوی کون ؟

ایک مرد نے مجھ سے کہا کہ اُس نے ۵۴ برس کی عمر میں شادی کی تھی کیونکہ اُس نے تہیہ کیا ہوا تھا کہ جب تک اُسے کوئی اچھی عادت کی عورت نہیں ملے گی تب تک شادی نہیں کریگا۔ بڑا ہی ہوشیار اور سمجھدار آدمی تھا۔ بھگوان کرے ایسے مردوں کی تعداد بہت ہو، ورنہ آج کل جو شادیاں ہوتی ہیں، وہ خالی لڑکیوں کی آنکھ کے اشارے پر ہوتی ہیں۔ کوئی لڑکی کے اوصاف کی طرف توجہ نہیں دیتا۔ اور یہی وجہ ہے کہ بہت کم مرد اپنی زندگی مزے میں گزارتے ہیں ؛

اس لئے میں کہنا چاہتا ہُوں کہ اپنی رفیقۂ حیات کے انتخاب میں تم جس قدر احتیاط اور سمجھداری سے کام لوگے اُتنا ہی تمہارا مستقبل روشن ہوگا۔ پہلی بات تو یہ ہے کہ تمہاری ہونے والی بیوی کی صحت کیسی ہے صحت مند عورت گھر اور سماج کے لئے نعمت ہے عورت کو ماں کی ذمہ داریاں اُٹھانی پڑتی ہیں اور اس میں اُس کا جسم گھُلتا ہے اس لئے اگر وہ پُورے طور پر تندرست نہ ہوئی تو بیمار ہو کر زندگی پر ایک بوجھ ہو جائیگی

اور اپنے بچوں کو بھی خاطر خواہ مقوی دودھ نہ دے سکنے کے باعث کمزور اور مریض بنادیگی۔ اِس لئے رفیقۂ حیات کا انتخاب کرتے وقت تم خیال رکھو کہ اُس کا پُورے طور پر صحتور ہونا تمہاری اور اُس کی مخلوط زندگی کے سُکھ کے لیئے پہلی شرط ہے ؀

لڑکی میں دُوسری ضروری صفت جو ہونی چاہیئے وہ ہے پاکدامنی۔ اِس کے بغیر کوئی بھی عورت بیوی بننے کے لائق نہیں میرے ایک دوست اپنے بھائی کے لئے ایک لڑکی کو دیکھنے کے لیئے گئے اور انکار کر کے چلے آئے۔ مَیں نے پُوچھا۔ آپ نے کس وجہ سے رشتہ کرنے سے اِنکار کر دیا؟ بولے' میں تو لڑکی کو دیکھ کر حیران رہ گیا اُس کی آنکھیں ناچ رہی تھیں۔ مَیں نے سمجھا یہ ہمارے گھر میں ٹکنے لائق نہیں۔ واقعی وُہ اوّل درجہ کا بیوقوف ہے جو ایک بد اخلاق لڑکی کو بیوی بناتا ہے۔ جو لڑکا اور لڑکی شادی سے پہلے ہی ایک دُوسرے کے ساتھ بگڑ جاتے ہیں' اُن کا شادی کے بعد حرامکاری میں پڑ جانا یقینی ہے ؀

اچھی بیوی کی تیسری صفت اعتدال پسندی ہے۔ اعتدال میں سنجیدگی، مستقل مزاجی' احتیاط اور موزُوں برتاؤ سب آجاتے ہیں۔ اعتدال پسند عورت ہمیشہ خوش رہتی ہے۔ غریبی بھی اُس کی خوشی کو برباد نہیں کر سکتی۔ اس کا خاوند اس کا اعتبار کرتا ہے۔ وُہ شخص بڑی قسمت والا ہے جو گھر میں اپنی تمام چیزوں کو بغیر تالا لگائے بیوی کے حوالے چھوڑ کر باہر نہیں جاسکتا۔ وہی آدمی سُکھی ہے جو اچانک خبر ملنے پر لمحہ بھر میں اپنی چیزیں بیوی کے سپرد کر کے باہر جا سکتا ہے۔ اور واپسی پر دیکھتا ہے کہ جو کتابیں اور فائلیں اِدھر اُدھر بکھری ہُوئی چھوڑ گیا تھا' وُہ سب بیوی نے سنبھال کر رکھ دی ہیں۔ اَیسا آدمی دُنیا میں خوُب کام کر سکتا ہے ؀

اچھی بیوی کی چوتھی صفت ہے محنتی اور چُست ہونا۔ سُست الوجود عورت تنگ مزاج، زُود رنج اور چڑچڑی ہوتی ہے۔ محنت مشقت کے بغیر عورت خاوند کیلئے بجائے

مددگار کے ایک بوجھ بن جاتی ہے ۔

اچھی بیوی کی پانچویں صفت ہے کفایت شعاری۔ کفایت شعاری کا مطلب ہے غیر ضروری اخراجات سے و دیگر اشیاء کے غیر ضروری استعمال سے بچنا۔ کسی بھی حیثیت کا آدمی کیوں نہ ہو، یہ عادت بڑے کام کی ہے ۔ جو عورت اپنی حیثیت سے بڑھ کر قیمتی پوشاک پہنتی ہے ، جن چیزوں کے خریدنے کا اُس میں مقدور نہیں ہے، اُن سب کو



خرید لیتی ہے، جو مفید کی نسبت بھڑکیلی کو، پائیدار کی نسبت رنگیلی اور بودی چیز کو پسند کرتی ہے، سمجھ لیجئے کہ وہ فضول خرچ ہے۔ ایسی عورت کو بیوی بنا کر کوئی بے وقوف ہی اپنا روپیہ پیسہ اُس کے سپرد کر سکتا ہے!

اچھی بیوی میں چھٹا وصف یہ ہونا چاہیئے کہ وہ صفائی پسند ہو۔ کیا گھر کے اندر اور کیا باہر، کیا دن میں اور کیا رات میں، کیا بیٹھک میں اور کیا رسوئی میں، ہر جگہ خاوند اپنی بیوی کو صاف سُتھری دیکھنا چاہتا ہے ❊

اچھی بیوی کا ساتواں وصف ہے فرائض خانہ داری کی واقفیت۔ اِس واقفیت کے بغیر عورت خواہ ایک کروڑپتی کی بیوی ہی کیوں نہ ہو، ایک نکمی چیز ہے۔ آج کل کی پڑھی لکھی لڑکیاں ناول پڑھنے اور نکٹائی بُننے کے سوائے گھر کا کام کچھ نہیں جانتیں اور آتے ہی نوکر کی محتاج ہو جاتی ہیں۔ بیاہ کے چند ماہ بعد جوانی کا نشہ اُترتے ہی خاوند محسوس کرنے لگتا ہے کہ میں تو زندگی کا ساتھی لانے کی بجائے گھر میں ایک سفید ہاتھی باندھ لیا ہے۔ بس اِس احساس کے ساتھ ہی محبّت کی زنجیر ڈھیلی پڑ جاتی ہے ❊

اچھی بیوی کا آٹھواں وصف خوش مزاجی ہے۔ خوش مزاج عورت خاوند کے لئے بہت اچھی رفیقہ ثابت ہوتی ہے۔ خوش مزاج عورت چنتا اور مایوسی سے بچی رہتی ہے۔ وہ لذیذ بھوجن نہ ہونے پر بھی طرح طرح کی ہنسی مسخری کی باتیں کہہ کر کھانے والوں کو ذائقہ محسوس ہونے نہیں دیتی۔ چنتا کرنے والی اور بدمزاج عورت اپنے بچوں کو ڈانٹ ڈپٹ کرتی ہوئی اپنے خاوند کی بھی خوب خبر لیتی ہے۔ ایسی حالت میں اچھے کھانے کا بھی سواد مارا جاتا ہے۔ شادی کا لُطف اُٹھانا یا دُکھ پانا اِسی بات پر منحصر ہے کہ عورت خوش مزاج ہے یا نہیں۔ اگر اُس کو اپنے خاوند کے دیکھتے ہی خوشی ہوتی ہے اور دل لگی کرنے کو جی چاہتا ہے، نیز بات چیت

کرتے ہوئے ہنسی کی لہر اُٹھتی ہے تو بلاشبہ وہ اچھی عورت ہے۔ کئی عورتیں ایسی ہوتی ہیں کہ وہ ذرا سی بات کو ہنسی میں نہیں اُڑا سکتیں۔ اُنہیں بات کا بتنگڑ بنا کر ہی چین آتا ہے۔ ایسی عورتیں آخرکار، یا تو ہسپتال میں رہتی ہیں یا پاگل خانے میں جاتی ہیں یا طلاق حاصل کرنے کے لئے عدالت کی پناہ لیتی ہیں ؂

شری بھٹناگر کی شکایت ہے کہ وہ جب کبھی الہ آباد سے گھر پہنچتے ہیں تو شریمتی کی فرمائش سُنتے سُنتے اُن کے کان پک جاتے ہیں ؂

لالہ لاڈلی پرشاد کہتے ہیں کہ گھر سے کوئی ایسی چٹھی نہیں آتی جس میں کوئی نہ کوئی چیز نہ مانگی گئی ہو۔ آج سلمہ ستارہ کی فرمائش ہے تو کل بیل کی دوپٹیاں آرہی ہیں۔ پرسوں لالہ چھیدی لال کی بہو جیسی ریشمی ساڑھی کا مطالبہ ہو رہا ہے!

کہاں تک کہا جائے، سب اپنی اپنی بیویوں کی شکایت کر رہے ہیں۔ اب یہ سمجھ میں نہیں آتا کہ آخر پھر کس کی بیوی کو اچھا کہا جائے؟

ہماری رائے میں بھلی بیوی کی یہی ایک پہچان ہے کہ وہ اپنی ضروریات کو جتنا ہو سکے اُتنا کم کرے۔ اپنے خاوند سے زیادہ چیزوں کا مطالبہ نہ کرے ؂

اگر بیویاں اپنی فرمائشوں کو کم کر دیں تو یقیناً وہ اچھی بیویوں کی صف میں آجائیں گی ؂

مختلف اعضاء سے عورت کے چال چلن کا مطالعہ

۱۔ جس کی پیشانی چوڑی، بڑی اور برابر ہوتی ہے، وہ عورت خوش قسمت، دانا اور سلیقہ شعار ہوتی ہے۔

۲۔ جس کی آنکھیں کشادہ، ہرنی کے بچوں کی سی خوبصورت اور قدرے آگے کو اُبھری ہوئی ہوتی ہیں، وہ عورت تندرست، ذی شعور اور اولاد والی ہوتی ہے۔ اُس میں لیڈری اور انتظام کرنے کی پوری قابلیت ہوتی ہے۔ جس عورت کی آنکھیں پیلی اور چنچل ہوں، اُس کا چال چلن مشکوک ہے۔

۳۔ جس کے رُخسار یعنی گال سُرخ، اُبھرے اور بھرے ہوئے ہوتے ہیں، اُسے صحت مند سمجھنا چاہئے۔ جس کے گالوں میں ہنستے وقت گڑھے پڑتے ہیں، وہ شہوت پرست ہوتی ہے جس کے گالوں پر انگور کی سی چمک ہوتی ہے اُسے پاکدامن سمجھا جاسکتا ہے۔ جسکے گالوں پر کالے دھبے پڑ گئے ہوں اُس کے متعلق یہ سمجھ لینا کوئی غلطی نہ ہوگی کہ وہ گراوٹ کی راہ پر تیزی سے دوڑ رہی ہے۔ گالوں پر سفید دھبے اس بات کی علامت ہیں کہ اُس عورت کو حیض کی کوئی خرابی ہے۔

۴۔ زیادہ اُونچے ماتھے والی عورت بدچلن یا خاوند کیلئے منحوس ثابت ہوتی ہے جس کے بشرہ پر چمک دمک اور نمک ہوتا ہے، وہ تندرست، قوی ہیکل اور بچہ کش ہوتی ہے۔ جو ماتھا نہ زیادہ اُونچا ہو نہ نیچا، وہ اچھا سمجھنا چاہئے۔

۵۔ جسکی ناک لمبی، خوبصورت اور آگے کو جھکی ہوئی ہوتی ہے، اُس کی عمر دراز ہوتی ہے۔ اور ایسی عورت کے پاکباز ہونے میں شبہ نہیں ہوسکتا۔ جس عورت کی ناک بندر جیسی ہوتی ہے وہ شہوت پرست ہوتی ہے۔ جس عورت کی ناک کے نتھنے موٹے اور چوڑے ہوں وہ موٹی عقل کی ہوتی ہے۔ جن عورتوں کی ناک پتلی ہوتی ہے، اُن



میں سے شاید ہی کوئی ایسی ہوتی ہے جو مزاج کی بھلی اور سمجھ کی اچھی نہ ہو۔ اس قسم کی ناک والی عورتیں اپنے خاوندوں کے لئے ہمیشہ سیکرٹری کا کام دیتی ہیں۔

۶۔ جس کے دانت چوڑے اور باہم جڑے ہوئے ہوں، وہ تکلیف دینے والی ہوتی ہے۔ جس کے دانت چھوٹے، چمکیلے اور صاف ہوں، وہ عورت اچھے بھاگ والی ہوتی ہے۔ جس کے مسوڑھے کالے ہیں، اُسے چوری کی عادت ہے۔

۷۔ جس عورت کے ہونٹ سُرخی مائل ہوتے ہیں، وہ اپنے خاوند کی پیاری بن جاتی ہے۔ جس عورت کے ہونٹ پتلے ہوتے ہیں، وہ عقلمند گھر میں سرداری چاہنے والی ہوتی ہے۔ باتیں بہت کرتی ہے۔ کالے ہونٹ والی عورت چنچل طبیعت کی ہوتی ہے۔ اُسے گھر گھر گھومنا زیادہ پسند آتا ہے۔ جن عورتوں کے ہونٹ پھیلے ہوئے اور لٹکے ہوئے ہوتے ہیں، وہ نوّے فیصدی بدچلن پائی گئی ہیں۔ جس کے اوپر کا ہونٹ اونچا ہو، وہ

لڑاکی ہوتی ہے۔ جس عورت کے بالائی ہونٹ پر روئیں بہت ہوں اور جو بہت لمبی ہو، وہ خاوند کے لئے منحوس ہوتی ہے ؛

۸۔ جس کے سر کے بال دراز، ملائم اور خوبصورت ہوتے ہیں وہ عورت قسمت ور ہوتی ہے ؛

۹۔ جس کی آواز سُریلی، شیریں اور دھیمی ہوتی ہے، وہ عورت خوش اخلاق، شریف اور ڈرپوک ہوتی ہے۔ موٹی یا بھاری آواز والی عورت لڑاکی ہوتی ہے ؛

۱۰۔ جس کا سر بڑا اور ہاتھ پیر چھوٹے ہوتے ہیں، وہ عقلمند ہوتی ہے۔ پاؤں کی انگلیاں لمبی اور پتلی ہوں تو یہ خوش قسمت ہونے کی نشانی ہے جس کے پاؤں کی چھوٹی یا چھوٹی کے ساتھ والی انگلی زمین سے اونچی رہے اور اسی طرح انگوٹھے کے ساتھ والی زیادہ لمبی ہو، وہ بدچلن اور گنہگار ہوتی ہے ؛

۱۱۔ جس کی دونوں بھنویں آپس میں ملی ہوئی ہوں، وہ منحوس اور جس کی بھنویں ایک دوسری سے ذرا دور اور آدھے چاند کی سی گولائی میں ہوں، اُس عورت کو بلاشک اعلیٰ صفات کی مالک سمجھنا چاہئے ؛

۱۲۔ موٹی ٹانگوں والی لڑکی پریم کرنے والی ہوتی ہے۔ پتلے پاؤں اور پتلی ٹانگوں والی لڑکیوں میں عموماً رومانس نہیں ہوتا۔ جن لڑکیوں کی ٹانگوں کے پٹھے گٹھیلے ہوتے ہیں، وہ اکثر بے رحم ہوتی ہیں ؛

۱۳۔ ذہین اور سمجھدار لڑکی کے پاؤں چلتے وقت زیادہ اونچے اُٹھتے ہیں ؛

۱۴۔ چوڑے اور بدنما کان مکار اور فریبی عورت کے ہوتے ہیں۔ جس عورت کے کان کھڑے ہونگے وہ باسلیقہ ہوگی۔ والدہ کے فرائض اعلےٰ طریق پر ادا کریگی۔ جس کے کان چھوٹے اور گلابی رنگ کے ہونگے، وہ خوبصورتی کی شائق اور عیش پسند ہوگی اور ایسی باتوں سے دور بھاگے گی جس میں کوئی ذمہ داری پائی جاتی ہو ؛

چوتھا باب

سُہاگ رات

شادی کے بعد ہی ہر زن و مرد کی زندگی میں ایک رات آتی ہے جو نہایت آرام دِہ اور کیف آور ہوتی ہے۔ بڑی دِلکش ہوتی ہے۔ اتنی دلکش ہوتی ہے کہ اُس کا تصوّر تک دِل کو گرما دیتا ہے۔ ہر مرد اور ہر عورت اُس کی دلکشی اور اُس کے نشہ سے مسحور ہو اُٹھتا ہے۔ اِس قدر مسحور ہو اُٹھتا ہے کہ اُس کی تمنّا عام طور پر یہ ہوتی ہے کہ یہ رات ہمیشہ اِسی طرح رہے۔ اِسی طرح کیف اور انبساط کی بارش کرتی رہے۔ لیکن وُہ رات نہایت جلدی کھسک جاتی ہے۔ ع۔ دِن عیش کی گھڑیوں کے گزر جاتے ہیں جلدی ۔۔۔ وُہ رات اتنی جلد گزر جاتی ہے کہ دل کی باتیں ادھوری رہ جاتی ہیں۔ یک جان دو قالب ہونا باقی رہ جاتا ہے۔ اُنہیں اپنے وصل کی مدہوشی میں یہ علم ہی نہیں ہوتا کہ یہ رات کب آئی اور کب گئی! اُنہیں اِس بات کی خبر اُسی وقت ہوتی ہے جب تارے دم توڑ دیتے ہیں اور صبح کی سنہری کرنیں پھُوٹ پڑتی ہیں۔ وُہ حیرت زدہ ہو کر گویا کسی خواب گراں سے چونک پڑتے ہیں اور پکار اُٹھتے ہیں، ارے یہ تو صبح ہو گئی! گویا صبح کی آمد نے جادۂ مسرت پر چلتے ہوئے اُن کے دِلوں کو مسل ڈالا ہو اور وُہ مجبور ہو کر صبح کی طرف حسرت بھری نگاہوں سے پھر دوبارہ اُس پُر کیف رات کے انتظار میں محو ہو جاتے ہیں۔ لیکن زندگی بھر وُہ رات لوٹ کر دوبارہ کبھی نہیں آتی۔ آنے کو یوں تو بہت سی راتیں آتی ہیں لیکن اُن میں وُہ کیف کہاں؟ اُن میں وُہ دلکشی کہاں؟ اور سب سے بڑھ کر وصل کی وُہ بے پایاں بے قراری کہاں؟



اِس کیف بار رات کو کئی ناموں سے پکارا جاتا ہے۔ یہی وہ سہاگ رات ہے جو شادی کے بعد شوہر اور بیوی کو ایک دھاگے میں باندھ دیتی ہے۔ اُن کی اُمنگوں، تمنّاؤں اور ارمانوں کو ایک بناتی ہے۔ یہ وُہ رات ہے جس کی حکومت کے دَوران میں دو بہاؤ دوڑ کر ایک دُوسرے سے ملنے کے لئے آتے ہیں۔ ایسے بہاؤ دوڑ کر آتے ہیں جن میں ایک دُوسرے میں جذب ہونے کے لئے زبردست اضطراب ہوتا ہے۔ زبردست ولولے ہوتے ہیں۔ اِس اضطراب اور اِن ولولوں کا تصوّر کرنا ممکن نہیں۔ ندیاں سمندر سے ہمکنار ہونے کیلئے اُس کی طرف دوڑتی ہیں۔ سمندر کی بیتاب لہریں پُورنماشی کے چاند کو چھُونے کے لئے آسمان کی طرف بڑھتی ہیں۔ فطرت اپنے وسیع اور لامحدود صحن میں دائمی بہار کی پرستش کرنے کے لئے جھکتی ہے۔ لیکن وصل کی یہ بے تابیاں اور یہ اضطراب اُن میں سے کسی میں بھی نہیں ہوتا جو اِن دو بہاؤں میں ہوتا ہے۔ قارئین کرام اپنے اپنے دِل کو ٹٹول کر دیکھئے۔ اِن دلوں میں آنے والی اِس رات کے لئے کتنی اُمنگیں اُٹھتی ہوں گی، کتنے ارمان بیدار ہوتے ہوں گے۔ اِسی قسم کی اُمنگیں دُوسری طرف بھی اُٹھتی ہوں گی اور اِسی قسم کے ارمان دُوسری طرف بھی بیدار ہوتے ہوں گے۔ اِن اُمنگوں اور ارمانوں کو لئے ہوئے جب اُس رات میں تم ایک دُوسرے کو ملوگے تو تمہارے ملن سے تمہارے دلوں میں جو مدہوشانہ کیفیت پیدا ہوگی، کیا دُنیا کا کوئی مصوّر اُس کی تصویر کھینچ سکتا ہے؟ کیا کوئی مفکّر اس کا تصوّر کر سکتا ہے؟

سُہاگ رات کی پریم پیالیاں

دُولہا اور دُلہن مدہوشی کے اُس بحرِ بیکراں میں غرق ہو جاتے ہیں۔ شباب کی اُمنگیں جوانی کی اُمنگوں سے ہمکنار ہو کر آنکھوں کے رُوبرو ایک رنگین دُنیا بسا دیتی ہیں۔ جوانی کا نشہ آنکھوں پر اس طرح چھا جاتا ہے کہ سب کچھ بھُول جاتا ہے۔ سب کچھ آنکھوں سے

اچھل ہو جاتا ہے۔ بار بار یہی تصویر آنکھوں کے سامنے آتی ہے کہ جیون ساتھی سہاگ رات کی پریم پیالیاں پلاتا رہے۔ سہاگ رات کی وہ پریم پیالیاں! ایک عجیب و غریب نشہ ہوتا ہے اُن میں! ویسا نشہ دُنیا بھر کی کسی شراب میں نہیں۔ اور نہ کسی دُوسری نشہ آور شے میں ہے۔ ایک رات پینے سے مہینوں خمار رہتا ہے۔ اور جی چاہتا ہے کہ زندگی بھر یہ خمار اسی طرح قائم رہے! سہاگ رات کے اُن جام ہائے محبت کی ہمسری کون کر سکتا ہے؟ اُن کے سامنے شراب یا کسی اور نشہ آور شے کا نام لینا اُن کی زبردست توہین ہے۔ اُن کی زرّیں اور درخشاں ہستی پر چھینٹا پھینکنا ہے بلکہ زن ہوتا ہے! ہمارا یہ بیان کسی شاعر کا تخیل نہیں بلکہ حقیقت ہے، ایک زبردست حقیقت! سہاگ رات کے وُہ جام محبت ہی تو ایک زندگی کو دُوسری زندگی سے وابستہ کر دیتے ہیں۔ ایک رُوح کو دُوسری رُوح سے ملا دیتے ہیں۔ دو قالبوں میں ایک جان کو جذب کر دیتے ہیں۔ دو اجنبی جو ابھی کچھ دیر پیشتر مختلف خیالات کے تھے، مختلف رہن سہن کے تھے، ان پریم پیالیوں کو پیتے ہی آپس میں مل گئے۔ اس طرح مل گئے کہ اُن میں کسی قسم کی تمیز باقی نہ رہی!

من تو شُدم تو من شدی، من تن شُدی تو جاں شُدی

ایک کی جان دُوسرے کی جان ہو گئی۔ اور ایک کا دِل دُوسرے کا دِل ہو گیا۔ اتنی اثر انگیز اور نشہ خیز پریم پیالیوں کا مقابلہ کون کر سکتا ہے اور کون ان کی قدر و قیمت کا اندازہ کر سکتا ہے!

شب وصال کی اس مدہوشی کے بہاؤ میں نہ معلوم کتنے نوجوان لڑکے اور لڑکیاں بہ جاتی ہیں! اپنے چھلکے ہوئے شباب کو لے کر جب وُہ ایک دُوسرے سے ملتے ہیں تو وصل کی مدہوشی میں اپنی قوتِ تمیز کو خیرباد کہہ بیٹھتے ہیں اور اپنے انسانی فرائض کو بھول جاتے ہیں۔ اُن کی آنکھوں کے سامنے سچ مچ ایک رنگین دُنیا ناچتی پھرتی

ہے اور وُہ شبانہ روز اُسی کے تصوّر میں غرق رہتے ہیں۔ اُن کی یہ رنگین دُنیا بظاہر کیف آور ضرور دکھائی دیتی ہے لیکن ہمیں یہ بات یاد رکھنی چاہیئے کہ وُہ ان نوجوان دِلوں کو کہاں لے جاکر چھوڑ دیتی ہے۔ اُس رنگین دُنیا کو دیکھتے دیکھتے ہمارے نوجوان لڑکے لڑکیاں ناکارہ بن جاتے ہیں۔ اُن کی لذّات اُمڈ پڑتی ہیں۔ اور قوتِ تمیز اُن کا ساتھ چھوڑ دیتی ہے جس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ وُہ بداخلاق ہو جاتے



ہیں اور اپنے بزرگوں کے سامنے ہی ایسے فعل کرنے لگ جاتے ہیں جن سے اُنکی زندگی نفرت اور بدنامی کی دُنیا بن جاتی ہے۔ کچھ دنوں تک تو وصل کی مدہوشی میں نفرت اور بدنامی کا علم ہی نہیں ہوتا۔ لیکن اس کے بعد جب آنکھوں کے سامنے سے یہ رنگین دُنیا ہٹ جاتی ہے اور طوفانی جوش ٹھنڈا پڑ جاتا ہے تو چاروں طرف تاریکی ہی تاریکی نظر آنے لگتی ہے اور زندگی ایک مستقل بوجھ بن جاتی ہے اور وہ رنگین دُنیا دکھ کی دُنیا میں تبدیل ہو جاتی ہے۔ غور کرنے سے معلوم ہوگا کہ یہ محض اس لئے ہوتا ہے کہ نوجوان لڑکے اور لڑکیاں شب وصل کی مدہوشی کے بہاؤ میں بہ جاتے ہیں اور شادی کی غرض و غایت کو ٹھکرا کر وصل کو لذات کا مرکز بنا لیتے ہیں!

سُہاگ رات منانے کا طریقہ

سُہاگ رات میں نوجوان لڑکے لڑکیوں کو نہایت ہوشیاری اور احتیاط سے ملنا چاہیئے

شباب کی اس منزل پر جوانی کے ارمان اور اُمنگیں اکثر کھیلا کرتی ہیں۔ ذرا سی بھی غفلت ہوئی نہیں کہ لذات اُمڈ پڑتی ہیں۔ اگر ایک مرتبہ بھی لذات کو اُمڈنے کا موقعہ مل جائے تو وہ ہمیشہ ہی اُمڈی رہتی ہیں۔ اور رفتہ رفتہ اُن کی رفتار میں اتنا اضافہ ہو جاتا ہے کہ وہ نوجوانوں کو بے شرم بنا کر چھوڑ دیتی ہیں۔ سہاگ رات میں ایسی کوشش کرنی چاہیئے کہ لذات کا دل پر کسی طرح بھی دخل نہ ہو سکے۔ اس کا یہ مطلب ہرگز نہیں کہ نوجوان لڑکے لڑکیاں آپس میں نہ ملیں یا پیار و محبت کی باتیں نہ کریں یا اپنے دلوں کا تبادلہ نہ کریں۔ بلکہ یہ سب کچھ ہو لیکن یہ سب کچھ ہوتے ہوئے بھی اپنے اپنے دل کو لذات کے بہاؤ میں نہ بہنے دیا جائے۔ جو کچھ ہو وہ فرض اور محبت کے زیرِ اثر ہو۔ اپنے دل کو ضبط کی ڈور میں نہایت مضبوطی سے باندھ کر فرض اور محبت کی طرف ہی لگانا چاہیئے۔ دل کو ضبط میں رکھنے کے لئے یہ نہایت ضروری ہے کہ اُن مجلسی اصُولوں کی نہایت سختی سے پیروی کی جائے جو سُہاگ رات کے لئے ہر گھر

میں مستعمل ہیں۔ اپنی عروس نو سے ملنے کے لئے اور اُس گھر میں جہاں سہاگ رات منانے کا انتظام کیا گیا ہے، صرف اُسی وقت وہاں جانا چاہیئے جب کوئی جانے کے لئے کہے یا پکڑ کر لے جائے۔ عموماً پیار کا رشتہ رکھنے والی عورتیں اس کام کو کیا کرتی ہیں۔ خود بخود اُس مکان میں داخل ہونے کی غلطی کبھی نہیں کرنی چاہیئے۔ ورنہ بُرائی اور بدنامی کا شکار ہونا پڑتا ہے۔ اگر سہاگ رات کے کمرے کے قریب گھر کے کسی بزرگ کا کمرہ ہو یا اُس کے آس پاس ہی گھر کے بڑے بوڑھے سوتے ہوں تو اپنی رفیقہ حیات سے راز و نیاز کی باتیں نہایت ہی دھیمے لہجہ میں کرنی چاہئیں۔ بیوی کو بھی بات چیت کرتے وقت موقع و محل کا خیال رکھنا چاہیئے۔ شوہر کی نسبت بیوی کو زیادہ محتاط رہنے اور اپنے دل کو قابو کرنے کی ضرورت ہے۔ اُسے خود تو اپنا خیال رکھنا ہی چاہیئے، ساتھ ہی ساتھ شوہر کا خیال بھی رکھنا چاہیئے۔ اور اپنے دل کو آہستہ آہستہ بحر محبت میں اُتارنا چاہیئے اور بالکل اسی طرح اپنے شوہر کے دل کو بھی باحتیاط آہستہ آہستہ محبت کے آنگن میں اُترنے پر مجبور کرنا چاہیئے تاکہ اُس شب اوّل میں ہی شوہر اور بیوی بزرگوں کی نگاہ میں نیچے نہ گر جائیں۔ عام طور پر دیکھا یہ جاتا ہے کہ اگر اس قسم کی کوئی حرکت ہوئی تو شوہر کی بدنامی تو کم ہوتی ہے لیکن بیوی کی زیادہ۔ بہ دیگر الفاظ تمام بدنامی بیوی کے سر پر ہی ہوتی ہے۔ کامیاب شوہر کیلئے نہایت ضروری ہے کہ وہ اپنی بیوی کی مشکلات اور پوزیشن کا اچھی طرح خیال رکھے۔ سہاگ رات میں اُسے نہایت احتیاط سے کام تو لینا ہی چاہیئے مگر سہاگ رات کے بعد اُسے زیادہ سے زیادہ ہوشیار اور محتاط رہنا چاہیئے۔ اپنے بزرگوں کی موجودگی میں اپنی بیوی سے ہرگز نہ ملنا چاہیئے اور نہ تاک جھانک ہی کرنی چاہیئے۔ ہر کام پابندیٔ وقت سے ہونا چاہیئے۔ کیونکہ یہ زمانہ اُن دونوں کیلئے خطرے کا وقت ہوا کرتا ہے۔ ذرا سی غفلت ہوئی نہیں کہ

پھسل کر گر جانے کا اندیشہ رہتا ہے۔ بے عزتی اور نفرت برداشت کرنے کا خوف و خطر رہتا ہے*

اِمتحان کا وقت

راقم نے خود کئی ایسی نوجوان لڑکیوں کو دیکھا ہے اور وُہ ایسی کئی لڑکیوں کو جانتا بھی ہے جو اپنے چھلکتے ہوئے دل کو بس میں نہ رکھ سکنے کے باعث نفرت، ملامت اور بیعزتی کی آماجگاہ بن چکی ہیں۔ اگرچہ اُن سے جو حرکات سرزد ہوئیں، اُن میں اُن کے شوہروں کی دیدہ دلیری کو زیادہ دخل تھا، لیکن اس کے باوجود بھی تمام بیعزتی اُن ہی کو برداشت کرنی پڑی۔ ایسی بیعزتی برداشت کرنی پڑی جس نے اُن کی زندگی پر ایک مُہر ثبت کر دی۔ اُس پہلے دن یا رات جب وُہ اپنے بزرگوں کی نگاہ سے نیچے گریں تو برابر گرتی ہی چلی گئیں اور گرتی جا رہی ہیں۔ کیونکہ وُہ دن اُن کے امتحان کا دن ہوتا ہے۔ اُن کے ضبط اور استقلال کی آزمائش کا میدان ہوتا ہے۔ گھر کے بڑے بوڑھے جن میں ساس ہوتی ہے، سُسر ہوتا ہے، نندیں ہوتی ہیں، جیٹھانیاں ہوتی ہیں، گھر میں آئی ہوئی عروسِ نَو کے ضبط، استقلال اور مزاج کو پرکھنے کے لئے بیقرار رہتی ہیں۔ وُہ جہاں دُلہن کے حُسن و جمال کو دیکھتی ہیں، وہاں سب سے بڑھ کر اُن کی نگاہ اُس کے اوصاف پر رہتی ہے۔ وُہ مرد سے بھی زیادہ باریکی کے ساتھ اس کی چھان بین کرتی ہیں۔ دُلہن ذرا سی بھی چوکی نہیں کہ اُن کے دل میں شک پیدا ہو اُٹھتا ہے اور وُہ دُولھا اور دُلہن دونوں ہی کیلئے اپنے دل میں ایک خاص نظریہ قائم کر لیتی ہیں۔ اگر دُولھا اور دُلہن دونوں محتاط نہ ہوئے، دونوں نے باہم مل کر اُسے نہ سنبھالا تو رفتہ رفتہ وُہ شک زیادہ جڑ پکڑ لیتا ہے اور بیوی کے لئے اُس کا نتیجہ نہایت تلخ ثابت ہوتا ہے۔ اُس وقت جبکہ عروسِ نَو ضبط اور اخلاق کی قیود میں جکڑی ہوئی ہوتی ہے، دُولھا کا فرض ہے کہ وُہ اُسے نیچے گرنے سے بچائے اور اُس کی امداد کرے۔ امداد

کرنے کا مطلب یہ نہیں ہے کہ وہ اپنی رفیقۂ حیات کے حُسن و جمال اور اوصاف کے گن گائے بلکہ اس کا مطلب تو یہ ہے کہ اُسے انتہائی محبت کے ساتھ مجلسی اصُولوں کی پیروی کرنی چاہیے۔ اُسے اپنی حرکات و سکنات کو ایسا بنا لینا چاہیے کہ بڑے بزرگوں پر یہ بات ثابت ہو جائے کہ وہ اپنی بیوی کی نسبت اُن سے زیادہ محبت کرتا ہے۔ وہ اُن کی ذات سے بدستور عقیدت رکھتا ہے۔ ایسی عقیدت رکھتا ہے جو شادی سے پیشتر رکھتا تھا۔ اس کے علاوہ بزرگوں کے دائرہ اختیارات کا بھی نوجوان کے دل میں ہمیشہ خیال رہنا چاہیے۔ ان تمام باتوں کا بڑوں کے دل پر بہت زیادہ اثر پڑتا ہے۔ اور وہ اس کے لئے دُلہن کو ہی ذمہ دار گردانتے ہیں جو اُس نوجوان کی زندگی کے ساتھ وابستہ ہوتی ہے اور اُس کیساتھ زندگی کی شاہراہ پر گامزن ہے۔ نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ وہ دل کی گہرائیوں سے اُسکی عزّت کرتے ہیں اور اُس کو لکشمی اور دیوی کے نام سے پکارتے ہیں ؀

بے صبری کی آگ

برعکس اس کے شوہر کی غلطیوں سے بیوی کی زندگی پُرعذاب ہو اُٹھتی ہے۔ نئی نویلی دُلہن ہونے کے باعث وہ بیچاری کچھ کہہ بھی نہیں سکتی اور اس کی مصیبتوں کی خندق رفتہ رفتہ گہری ہوتی جاتی ہے۔ اس سلسلہ میں مَیں دو چار نوجوان لڑکیوں کی تصویر پیش کرنے کی اجازت چاہتا ہوں۔ ان تصاویر کو دیکھ کر آپ بآسانی اندازہ کر سکیں گے کہ کس طرح شوہروں کی اِن معمولی غلطیوں نے اُن کی بیویوں کو مصیبت میں مُبتلا کر دیا۔ میرے احباب میں سے ایک شائستہ نوجوان ہیں۔ شادی کر کے جب واپس گھر لوٹے تو آپ نے اپنی ماں اور بڑی بہنوں کی قدم بوسی کا فرض ادا نہ کیا۔ اُن کی عروس نو جو کچھ نئی تعلیم کے رنگ میں رنگی ہوئی ہے۔ اُس نے بھی اسی قسم کی کچھ حرکات کیں۔ سہاگ رات کے بعد دونوں کی تاک جھانک ہونے لگی۔ بہو اکثر اپنے ساس اور سسر

کی موجودگی میں ہی اپنے شوہر کو دیکھ لیا کرتی تھی۔ اور جناب شوہر بھی ذرا سا موقعہ ملتے ہی اُس سے بات کرنے کے لئے بے قرار ہو اُٹھتے تھے۔ نتیجہ کے طور پر ساس کا غصہ بھڑک اُٹھا اور اُس نے اپنی نئی بہو کو بے شرم وغیرہ الفاظ کے طعنوں سے ملامت کی۔ صرف اتنا ہی نہیں بلکہ اُس نے اس پر یہ الزام بھی لگا دیا کہ اُس کے نورِ نظر میں انقلاب کی جو آندھی اُٹھ کھڑی ہوئی ہے، وہ محض اُسی کی بدولت ہے۔ شادی کے دو سال گزر گئے، لیکن ساس کے دل میں بہو کے متعلق پہلے پہل جو شک پیدا ہو گیا تھا وہ ابھی تک دُور نہیں ہوا۔ وہ اب بھی موقعہ ملتے ہی اُسے بے شرم، بے حیا کہہ ڈالتی ہے۔ بہو سنجیدہ فطرت ہے، کچھ بولتی نہیں لیکن کاش کہ وہ بھی بولنا جانتی تو آج کیا نتیجہ ہوتا؟ کیا اُن کی خانہ داری جھگڑے کی آگ میں جل نہ جاتی؟ کیا اس معمولی سی غلطی کی وجہ سے زندگی تلخ نہ ہو جاتی؟ ایک اور صاحب ہیں جنہوں نے سہاگ رات کو اپنی ماں اور بہنوں سے چھپا کر ایک بیش قیمت ساڑھی اپنی بیوی کی نذر کی۔ اُس دن کا یہ فعل تو ماں اور بہنوں کی نظر میں قابلِ معافی رہا۔ لیکن جب یہ سلسلہ کچھ دنوں تک برابر جاری رہا تو ماں اُبل پڑی اور اپنے بیٹے کے بگڑ جانے کا تمام قصور بہو کے سر پر تھوپنے لگی۔ بہو کچھ دنوں تک چپ چاپ سنتی رہی لیکن بالآخر وہ بھی اُبل پڑی اور دونوں کے اُبلنے کا جو نتیجہ ہوا۔ وہ آج اُن کی ازدواجی زندگی میں صاف نظر آرہا ہے۔ اُن کی ازدواجی زندگی کیا ہے؟ مکمل میدانِ جنگ! ایک دن بھی کسی کو سُکھ اور صبر کی روٹیاں نصیب نہیں ہوتیں۔ اسی طرح ایک اور بھی نوجوان نے غلطی کی اور اُس غلطی کی وجہ سے ہی بہت دنوں تک اُس کی زندگی جھگڑے فساد کی آگ میں جلتی رہی۔ شادی کے بعد جب اُس کی بیوی آئی تو کچھ ہی دنوں بعد اُس نے اپنے گھر کا تمام انتظام اپنی ماں کے ہاتھوں سے چھین کر اپنی بیوی کو سونپ دیا۔ اس کا نتیجہ وہی ہوا جو ہونا چاہئے۔ ماں

کے دل میں بے صبری کی آگ بھڑک اٹھی اور گھر جھگڑے فساد کا اڈہ بن گیا +
شادی شدہ زندگی کو ان کالے نقوش سے بچانے کی کوشش کرنی چاہیئے۔
ہر شخص کو شادی شدہ زندگی کی مسند سے نیچے گرنے سے بچنا چاہیئے اور اپنی بیوی کو بھی بچانا چاہیئے۔ آپ کی بیوی نیچے گرنے سے بچ سکی اور آپ اُسے بچا سکے تو یقیناً ہی تمہاری ازدواجی زندگی رشکِ فردوس ہوگی اور زندگی کی پھلواڑی میں مسرت کے پھول کھلیں گے +

بیوی سے کس طرح ملیں

سہاگ رات کی ان باتوں کا سلسلہ تو ابھی تک دُوسرے کے متعلق ہی چل رہا تھا لیکن میں بتانا چاہتا ہوں کہ آپ اپنی بیوی سے کس طرح ملیں؟ یہ نہایت پیچیدہ سوال ہے۔ اور اس سوال کا جواب بھی نہایت پیچیدہ ہے لیکن ہر شوہر اور ہر بیوی کو اس کا حل کرنا ہی چاہیئے۔ اس کے جوابوں کو جاننا ہی چاہیئے۔ اس لئے جاننا چاہیئے کہ یہ سوال صرف سہاگ رات کے وصل کا ہی نہیں بلکہ تمام شادی شدہ زندگی کا سوال ہے۔ ازدواجی زندگی کا ماحصل ہے۔ اس سوال کے جواب کو جاننے کے بعد ہی شوہر اور بیوی خوش اسلوبی اور کامیابی کے ساتھ زندگی کا سفر شروع کر سکتے ہیں۔ اور دونوں کے دل میں معیاری محبت پیدا ہو سکتی ہے۔ سمجھدار قارئین تو جانتے ہی ہوں گے کہ زندگی کی راہ پر ایک ساتھ چلنے کے لئے شوہر اور بیوی میں محبت کا ہونا کتنا لازمی ہے۔ محبت کی بنیاد پر ہی اُن کی دُنیا تعمیر ہوتی ہے۔ اُن کی زندگی کی تمامتر کامیابی او ناکامی اُن کی محبت ہی کی طرف دیکھتی ہے۔ دونوں میں اگر محبت ہے، بھروسہ ہے، ہمدردی ہے، پھر تو وہ مصیبت کے خوفناک ریگستانوں کو بھی عبور کر جائینگے، ورنہ قدم قدم پر گریں گے اور گر گر کر حوصلہ ہار بیٹھیں گے۔ اب دیکھنا یہ ہے کہ اس محبت کا مسکن کہاں ہے اور کس طرح شوہر اور بیوی دونوں اُسے حاصل کر سکتے ہیں؟

محبّت کی کیمیائی تحقیق کرنے کے لئے آپ کو جسم انسانی کے اندرونی حصّوں کا بغور مطالعہ کرنا پڑے گا۔ جب آپ جسم انسانی کے اندرونی حصّوں میں بنظرِ تحقیق جھانکو گے تو آپ کو دِل کے حصّہ میں پریم کا دیوتا بیٹھا ہوُا نظر آئے گا۔ پریم کے دیوتا کا یہی مسکن ہے اور اُس کی مدھری بانسری ابھی ہمیشہ ایسی جگہ بجتی ہے۔ پریم کا یہ دیوتا پریم سے ہی سیر ہوتا ہے اور پریم سے ہی خوش ہوتا ہے۔ پریم کو پاکر وہ چمک اُٹھتا ہے۔ نرکھ بڑھتا ہے اور مضبوط و توانا بن جاتا ہے۔ دِل میں رہنے والے محبت کے اس معبود کو حاصل کرنے کے لئے جس پر آپکی تمام شادی شدہ زندگی کا انحصار ہے، آپ کیا کریں گے؟ کیا یہ امر حقیقت سے معمور نہیں کہ اس کے حصول کے لئے آپ کو اپنی بیوی کے دل سے اپنا دِل ملانا چاہئے۔ اپنی بیوی کی رُوح کو اپنی رُوح کی ڈور میں گانٹھ لینا چاہئے۔ جتنا ہی آپ اپنے دل کو لے کر اُس کے دل سے ملوگے، جتنا ہی آپ اپنی رُوح کو اُس کی رُوح کے نزدیک تر پہنچاؤ گے، اتنی ہی زیادہ آپ کی محبت استوار ہوگی اور اُتنا ہی زیادہ آپس میں اعتماد بڑھے گا۔ پس ثابت ہوُا کہ آپ کو اپنی بیوی سے اپنا دل اور اپنی رُوح لے کر ملنا چاہئے۔ ایسا دِل لے کر مِلنا چاہئے جس میں دھوکہ نہ ہو، فریب نہ ہو۔ اِس کے برعکس محبّت کی چاندنی ہو، اعتماد کی گنگا ہو اور ہمدردی کا سنگم ہو۔ پھر آپ یقیناً اپنی بیوی کے دِل پر فتح حاصل کرنے میں کامیاب ہو جائیں گے اور تمہاری یہ فتح ایک دن کے لئے نہ ہوگی، ہمیشہ کے لئے ہوگی، عمر بھر کے لئے ہوگی!

پریم کی کسوٹی

جب آپ اُس سے ملیں تو اُس کے جسم میں ہی اُلجھ کر نہ رہ جائیں۔ بدقسمتی سے اگر آپ جسم میں ہی اُلجھ کر رہ گئے تو اُس کے اندر کی اُس دُنیا سے محرِوم رہ جائیں گے جس کو اعتماد کی دُنیا اور پریم کا سنسار کہا جاتا ہے۔ آپ کو اپنی بیوی کے اندر کی اِس دُنیا میں داخل ہونے کی

کوشش کرنی چاہیئے۔ آپ اپنے دل کو ضبط کی ڈور میں باندھ کر بآسانی بیوی کے اندر کی دُنیا میں داخل ہو سکتے ہیں۔ دل کو ضبط کی ڈور میں کس کر باندھنے کا یہ مطلب ہرگز نہیں کہ آپ جسمانی راحت و آرام سے محروم رہیں۔ اِس کا مطلب تو صرف اِتنا ہی ہے کہ آپ اپنے دل پر قابُو رکھیں۔ بیوی سے جو کچھ کہیں، سیدھا اور صاف کہیں۔ سچّے دِل سے کہیں۔ آپ کے سلوک میں آپ کے برتاؤ سے، آپ کے قول و فعل میں یکسانیت ہونی چاہیئے اور رفاقت کا جذبہ ہونا چاہیئے۔ آپ کو ایسے سانچے میں ڈھالنے کی ضرورت ہے، ایسے طریق سے رہنا چاہیئے جس سے آپ کی بیوی سمجھ لے کہ فی الحقیقت آپ اُس سے محبت کرتے ہیں۔ آپ کے دل میں اُس کے لئے مناسب جگہ ہے۔ بیوی کے دل میں اگر آپکی محبّت کا یقین جم گیا تو وُہ آپ کے لئے خود بخود اپنا دِل کھول دے گی اور اُس کے دل کے خزانے میں جو کچھ ہوگا، وہ سب آپ کی نذر کر دے گی۔ وُہ دل سے، من سے تمھاری بن جائے گی اور آپ اُس کی زندگی کے معبُود بن جائینگے۔

پانچواں باب

فلسفۂ جماع

جسمِ انسانی کی بجلیاں

دُنیا میں کوئی چیز ایسی نہیں جس میں بجلی موجود نہ ہو۔ بجلی برق کو کہتے ہیں۔ انگریزی میں اس کو ایلیکٹریسٹی کے نام سے پُکارتے ہیں ؛

بجلی دو قسم کی ہوتی ہے۔ مُثبت اور منفی۔ بجلی کا یہ خاصہ ہے کہ اگر اس کو روکا نہ جائے تو وہ ایک جسم سے نکل کر دُوسرے جسم میں چلی جاتی ہے۔ بشرطیکہ اُس دُوسرے جسم میں اس کوشش کرنے کی طاقت ہو ؛

دو جسم جب آپس میں ملتے ہیں تو اُن میں کی بجلیوں کا مبادلہ ہو جاتا ہے۔ یہ ہمارے اختیار میں ہے کہ ہم مُثبت بجلی پیدا کرلیں یا منفی بجلی۔ اور یہ بات پایۂ ثبوت کو پہنچ چکی ہے کہ اگر ایک جسم میں مثبت بجلی ہو اور دُوسرے میں منفی بجلی، تو جب وہ جسم آپس میں ملیں گے تو ایک ۔ ۔ ۔ دُوسرے کے جسم میں سے بجلیاں نکل کر آپس میں مل جائیں گی۔ اور اُن کے ملنے سے ایک خاص قسم کی حِس ۔ ۔ ۔ ۔ دھکا اور شرارہ سا معلوم ہوگا لیکن اگر دونوں جسموں میں ایک ہی قسم کی بجلیاں ہوں، یعنی دونوں جسموں میں یا تو مثبت قسم کی بجلی ہو یا منفی قسم کی ۔ ۔ ۔ ۔ تو جب وُہ جسم آپس میں ملیں گے تو ان کی بجلیاں ایک دُوسری سے دُور بھاگیں گی۔ یہ چند اصول ہیں جو تجربہ سے ثابت ہو چکے ہیں۔ اور جن کی بناء

پدمنی

پہلی قسم کی عورت



زمانے میں یہ عورت ہے خلاصہ حسن و خوبی کا
کنول کا پھول چہرہ، قد نکلتا، موہنی صورت
کمر پتلی زباں شیریں، حیا انداز سے پیدا
جبیں روشن، گھٹا سے بال جادو اسکی چتون میں
متانت اور تیزی چال میں دل صاف اور روشن
پسند آتا ہے خوشبو میں بسا رہنا اسے ہر دم

صفات و ذات میں اعلیٰ انہیں ہر بات میں اعلیٰ
کلی سے ہونٹ ہنس مکھ، مرگ نینی دھرم کی مورت
نگاہیں تیز، نیک اطوار، سحر آواز سے پیدا
کلائی نرم، نازک انگلیاں، خوشبو سی گردن میں
ہمیشہ اس کے گن گاتے ہیں اسکے دوست اور دشمن
مگر خوراک، غصہ، نیند اور گفتار اکثر کم،

خدا کا حکم ہے اس کے لئے فرمان شوہر کا
یہ سچ ہے پدمنی عورت ہے دھرم ایمان شوہر کا

چترنی

دوسری قسم کی عورت



یہ عورت پدمنی کی طرح خوش اندام خوش گل ہے
ہتیلی اور تلوے لال، آنکھیں گول گول اسکی
میانہ قد، کمر موٹی، بدن دوہرا، کھلا سینہ
بناؤ رکھ رکھاؤ، اور آرائش کی دلدادہ
وفاداری کا پیکر، پائیدار عفت و عصمت
ذرا آرام کی خواہاں، تلون آشنا کچھ کچھ

بڑی ہشیار، غیرت مند، اور آزاد و عاقل ہے
صفائی کی بہت عاشق، بہت کم نفس کی بندی
بڑا سر، ہاتھ لمبے بال کالے، دل ہے بے کینہ
ہمیشہ راگ و رنگ اور روپ کی چاہت پہ آمادہ
طبیعت میں حکومت، انکسار، اخلاص در الفت
بڑی چوکس، بہت حساس، لیکن خود نما کچھ کچھ

بڑی حد تک گرہستی کا سلیقہ اس کو آتا ہے
رہے خوش جس سے شوہر، وہ طریقہ اسکو آتا ہے

سنکھنی

تیسری قسم کی عورت



بڑی ہشیار، چالاک اور محنت کرنیوالی ہے
ادا و ناز سے چلنا، ذرا بے خوف سا رہنا
بدن بھاری طبیعت میں بہت تیزی بہت تندی
بہت بھائی ہیں اسکو تیز، ترش اور چٹ پٹی چیزیں
بدوں کے حق میں بد ہے اور نیکوں کیلئے اچھی
بڑا سر، چوڑا سینہ، اونچی گردن پنڈلیاں موٹی

وفا اور عزتِ خاوند کا دم وہ بھرنے والی ہے
تقاضے کیلئے تیار، جو سُننا وُہی کہنا
کئے جانا ہمیشہ چھوٹوں اور اولاد کی کُندی
اسیرِ خواہشاتِ نفس ہر دم اُن کی تجویزیں
بہت آزاد سیرت، اور مالک اپنی مرضی کی
بدن کی کھال سخت اور بال بجید، قد میں کچھ چھوٹی

حیا و شرم کا کم پاس، ہاں محتاط رہتی ہے
بہت اولاد والی، اور اکثر رنج سہتی ہے

چوتھی قسم کی عورت ——— ہستنی



اکھرا جسم، قد لمبا، بدن پر بال ہوتے ہیں
بدن گرم اور پسینہ اُس کا بدبودار ہوتا ہے
جھگڑنا، کینہ رکھنا، اور خود بینی ہے خو اُسکی
بہت سونا، بہت کھانا، نشیلی چیز پر شیدا
ہمیشہ ناک میں دم رکھتی ہے وہ اپنے شوہر کا
مگر خود بے وفائی اور بُرائی پر کمر بستہ

بہت بے جوڑ سے چہرے کے خط و خال ہوتے ہیں
طبیعت میں تلوّن اور دل مکّار ہوتا ہے
کہیں پوری نہیں ہوتی ہے، کوئی آرزو اس کی
ہوس نفسانیت کی اُس کے ہر انداز سے پیدا
سمجھتی ہے اُسے اِک بے وفا مرد عیب کا پتلا
نہیں ہے اسکو خوش رکھنے کا دُنیا میں کوئی رستہ

ہمیشہ اس کا شیوہ خود پرستی کم نگاہی ہے
یہ عورت جس کے پلے پڑ گئی اُس کی تباہی ہے

پر آج کل ہزاروں مشینیں بن رہی ہیں ﴿

اِنسان کا جسم بھی بجلی سے بھرا ہوُا ہے۔ جس طرح ہر ایک شخص قد، طاقت، لمبائی، موٹائی وغیرہ میں ایک دُوسرے سے مختلف ہے، اسی طرح ان کے جسم کی بجلی بھی علیحدہ علیحدہ طاقت کی ہے۔ کسی میں بجلی کم ہے، کسی میں زیادہ لیکن یہ ضرور ہے کہ ہر ایک جسم میں کسی نہ کسی حد تک بجلی ضرور موجود ہے۔ اور ہر ایک جسم میں اس کو جذب کرنے کی طاقت بھی موجُود ہے ﴿

تمام جسمانی بجلی کا منبع دماغ ہے۔ اور اس سے دُوسرے درجے پر جسمانی بجلی کے رہنے کی جگہ انسانی پوشیدہ اعضاء ہیں، جہاں جسمانی پٹھوں (اعصاب) کا گنجان تانا بانا ہے۔ فعل جماع میں جو حظ یا لُطف ہم کو حاصل ہوتا ہے، وہ اصل میں دو قسم کی بجلیوں کے ملنے سے ہی حاصل ہوتا ہے ﴿

تولیدِ نسلِ انسانی درحقیقت مرد اور عورت کے اعضاءِ تناسل کے باہمی اتحاد اور ملاپ کا ثمرہ یا پھل ہے۔ اس لئے اولاد پیدا کرنے کے لئے عورت اور مرد کی مباشرت سے ہمارے پٹھوں (اعصاب) پر بجلی تین طرح سے اثر کرتی ہے یعنی جلق، اغلام اور ضبطِ تولید یا برتھ کنٹرول میں انسانی بجلی ضائع ہو کر قاطعِ نسل اور مضرِ صحت ثابت ہوتی ہے جو وضاحت کے ساتھ درج ذیل کی جاتی ہے:۔

شخصی بجلی

یہ پہلے بتایا گیا ہے کہ ہر ایک جسم میں کسی نہ کسی حد تک بجلی ضرور موجود ہے۔ اور ہر ایک جسم میں بجلی کو جذب کرنے کی طاقت بھی موجود ہے۔ جس طرح قد، طاقت، شکل، چستی، عمر اور صحت میں فرق ہے، اسی طرح ہر ایک کی بجلی میں بھی فرق ہے۔ آپ نے دیکھا ہوگا کہ بعض آدمی اپنی شخصی بجلی سے دُوسرے آدمی کو بے ہوش کر دیتے ہیں۔ وہ ہل نہیں سکتا۔

بیٹھا ہو تو اُٹھ نہیں سکتا۔ کھڑا ہو تو بیٹھ نہیں سکتا۔ بول نہیں سکتا۔ حرکت نہیں کر سکتا۔ اور جب شخصی بجلی والا چلنے پھرنے کو کہتا ہے تو وُہ چلنے پھرنے لگتا ہے۔

لیکن یہ کبھی نہیں ہوُا کہ وُہ آدمی ہر ایک شخص پر اپنا اثر ڈال سکے۔ دو سَو آدمیوں میں سے بمشکل دس پندرہ آدمی ایسے ہوں گے جو اس کی بجلی سے متاثر ہو سکتے ہوں۔ اصل بات یہ ہوتی ہے کہ ان میں منفی قسم کی بجلی ہوتی ہے اور اثر ڈالنے والے میں مُثبت قسم کی بجلی ہوتی ہے۔ وُہ نظر سے یا جسم پر ہاتھ پھیر کر اُن کی منفی بجلی سے اپنی مثبت بجلی ملا کر اُن کے جسم میں ایک دھکا پیدا کرتا ہے۔ اور اپنی باقیماندہ مثبت بجلی سے اُن سے جو دِل چاہتا ہے، کرواتا ہے .....

آپ غور کرو کہ جب ہم چلتے ہیں تو کیا ہوتا ہے۔ ہماری اپنی بجلی ہماری ٹانگ کے پٹھوں (اعصاب) کو ایک طرف سُکیڑتی ہے تو قدم اٹھتا ہے دُوسرے پٹھوں (اعصاب) کو وُہ بجلی ڈھیلا کر دیتی ہے تو قدم زمین پر آرہتا ہے۔ اِسی طرح سے وُہ اثر کرنے والا آدمی اپنی باقیماندہ بجلی سے وہ تمام کام کرواتا ہے جو ہماری بجلی ہم سے کرواسکتی ہے ؎

اگر آپ اپنے جسم میں بجلی کی مقدار کو بڑھالیں اور آپ میں اتنی طاقت پیدا ہو جائے کہ آپ اپنی مرضی سے اس کو روک سکیں یا خارج کر سکیں تو آپ ہر ایک شخص پر جس میں آپ سے مختلف قسم کی کم مقدار کی بجلی ہو گی، اپنا اثر ڈال سکیں گے اور اُس سے جو کچھ کروانا چاہیں گے، وُہ کرتا رہے گا ؎

اس شخصی بجلی کا اثر صرف جاندار چیزوں پر ہی نہیں ہوتا بلکہ بیجان چیزوں پر بھی اِس کا اثر ڈالا جا سکتا ہے۔ مسٹر ایڈورڈ بی فٹ صاحب فرماتے ہیں کہ ایک دفعہ ہم جہاز میں سفر کر رہے تھے۔ اِس جہاز میں ہمارے ساتھ ایک کپتان بھی تھا۔ اس نے کہا کہ آؤ۔ میں تمام مسافروں کو ایک تماشا دکھاتا ہوں۔

جگہ خالی کی گئی اور آدمی دُور دُور ہٹ کر بیٹھ گئے۔ اُس نے ایک چھڑی لی، اور اُس پر کئی دفعہ ہاتھ پھیرا جیسے کوئی پیار کرتا ہے۔ پھر اس چھڑی کو زمین پر پھینک دیا۔ وُہ چھڑی گرنے کی بجائے کھڑی ہوگئی اور ناچنے لگی کپتان ہاتھ سے اشارہ کرتا تھا اور وُہ ناچتی جاتی تھی۔ چند منٹ کے بعد وہ چھڑی زمین پر گر پڑی۔ اور کپتان کی ہزار کوشش سے بھی وہ ہل نہ سکی۔ اُس نے پھر چھڑی کو پکڑا اور پہلے کی طرح ہاتھ پھیرا۔ اور جونہی کہ زمین کی طرف پھینکا، وُہ پھر ناچنے لگی اور چند منٹ بعد پھر گر پڑی۔ اصل بات یہ تھی کہ جب تک اُس کی بجلی کا اثر چھڑی پر رہتا، وُہ ناچتی رہتی۔ جب اس کا اثر کم ہو جاتا، وہ گر پڑتی اِس لئے وہ دوبارہ اس کو پکڑ کر اپنی بجلی سے اس کو متاثر کرتا اور اس کو نچاتا۔

آپ نے دیکھا ہوگا کہ بعض لیکچراروں میں اتنی کشش ہوتی ہے کہ وُہ تمام حاضرین کو اپنی طرف مائل اور مخاطب کئے رکھتے ہیں۔ تمام جلسہ میں کوئی ہلتا جلتا نہیں۔ تمام لوگ ہمہ تن گوش ہوکر اُس کی باتوں کو سُنتے رہتے ہیں اصل بات یہ ہوتی ہے کہ وُہ اپنی نظر اور اپنے ہاتھوں کے اشارہ سے اپنی بجلی کی روئیں بھیجتا رہتا ہے جس سے حاضرین جلسہ متاثر ہو کر از حد لُطف اُٹھاتے رہتے ہیں۔ یہی حالت فوج کے بعض افسروں کی ہوتی ہے۔ جونہی کہ وہ فوج کے سامنے آتے ہیں، تمام فوج اس کے پیچھے مرنے مارنے پر تیار ہو جاتی ہے۔ اور ایسی جان توڑ کر لڑتی ہے کہ آخر فتح حاصل ہو جاتی ہے ؛

بعض اشخاص کی دماغی طاقتیں مضبوط ہوتی ہیں اور بعض کی کمزور مضبوط دماغی طاقتوں والے اشخاص اپنی بجلی کو عمدہ کاموں میں صرف کرتے ہیں۔ لیکن کمزور دماغی طاقتوں والے گندے اور بُرے کاموں میں صرف کرتے ہیں شخصی بجلی تو اُن میں بہت ہوتی ہے لیکن دماغی کمزوری کے باعث وہ اس کا عمدہ استعمال نہیں کر

سکتے۔ اور وہ بجلی اُن کے بُرے کاموں میں اُن کی مددگار بن جاتی ہے۔ وہ جس عورت کو اپنی نظر یا چھُو سے متاثر کرنا چاہتے ہیں، جھٹ پٹ متاثر کر دیتے ہیں ؎

مسٹر آرن بر یوروپین غنڈے کی بابت مشہور ہے کہ اس میں شخصی بجلی اتنی زیادہ تھی کہ کوئی عورت اس کی خواہشات سے اِنکار نہیں کر سکتی تھی۔ اُس کی بُری نظر ہی عورت کو بے خود کرنے کے واسطے کافی تھی۔ اور صرف چند ہی عورتیں تھیں جن پر اُس کا اثر نہیں ہوتا تھا ؎

عام طور پر دیکھا گیا ہے کہ ایک عورت کی شکل و شباہت تو اچھی نہیں ہوتی لیکن اُس میں ایک خاص قسم کی کشش ہوتی ہے جس سے بدصورتی کے باوجود بھی وُہ بھلی معلوم ہوتی ہے۔ عام آدمی کہا کرتے ہیں کہ وہ شخص بھونڈی شکل کا اور زبان کا کرخت ہے۔ لیکن اس میں کوئی ایسی چیز ہے جو خواہ مخواہ ہر ایک سے عزت کرواتی ہے۔ وہ "کوئی ایسی چیز" شخصی بجلی ہوتی ہے جس سے وُہ ہر ایک کو متاثر کر سکتا ہے۔ اور اسی لئے ہر ایک اُس کی عزت کرتا ہے ؎

جب مرد اور عورت بغلگیر ہوتے ہیں تو اُس شخصی بجلی کی بڑی تیز رَو چلتی ہے اپنی اپنی ارادی طاقت سے دونوں کی بجلیاں ایک مقام پر اکٹھی ہوتی ہیں۔ جونہی کہ وہ ملتے ہیں، بجلیاں ایک دوسرے سے مل کر ایک خاص قسم کا حظ یا لُطف پیدا کرتی ہیں۔ لیکن اگر دونوں میں ایک قسم کی بجلی ہو تو کچھ بھی حظ حاصل نہیں ہوتا۔ اسی لئے یہ عام طور پر دیکھا گیا ہے کہ جن کی طبیعت اور عادت میں فرق ہو، ان کی بجلیاں بھی مختلف ہونے کے باعث زیادہ حظ یا لطف کا باعث ہُوا کرتی ہیں ؎

کیمیاوی بجلی

جن اشخاص کو علم برق کی کچھ واقفیت ہے، وہ اچھی طرح جانتے ہیں کہ ایک مسام دار پردہ کے ذریعہ سے تیزاب اور کھار کے ملاپ سے کیمیائی تبدیلی پیدا ہوتی ہے۔ اس میں بجلی کا دخل ہوتا ہے ست لیموں تیزاب ہے اور سوڈا کھار ہے۔ ان دونوں کو جب ہم پانی میں ملاتے ہیں تو کیمیاوی تبدیلی پیدا ہوتی ہے۔ اور اس تبدیلی میں بجلی کا اثر ضرور ہوتا ہے۔ گو عام آدمی کہہ سکتے ہیں کہ یہ تبدیلی کاربانک ایسڈ گیس کے آزاد ہونے سے ہوتی ہے لیکن ان کو یاد رہے کہ بقول ڈاکٹر برڈ صاحب یہ بالکل ناممکن ہے کہ دو عنصر بجلی کی رَو کے بغیر علیحدہ علیحدہ ہو جائیں۔ اس لئے کاربانک ایسڈ گیس کے علیحدہ ہونے کے وقت بجلی کی رَو کا موجود ہونا ضروری ہے ÷

جب یہ معلوم ہو گیا کہ تیزاب اور کھار کے ملاپ سے بجلی پیدا ہوتی ہے تو اس بات کا سمجھنا بہت آسان ہو جاتا ہے کہ وظیفہ جماع میں کس طرح کیمیاوی بجلی پیدا ہوتی ہے۔ یہ بات بخوبی طور پر واضح اور روشن ہے کہ عورت کا اندامِ نہانی ایک قسم کی رطوبت سے ہمیشہ تر رہتا ہے۔ اس رطوبت میں کھاری پن نہیں ہوتا بلکہ ترشی یا تیزابیت ہوتی ہے۔ اور جماع کے وقت یہ بہت زیادہ مقدار میں خارج ہوتی ہے۔ جس سے مردانہ عُضو کو دِقت نہیں ہوتی۔ اسی طرح مردانہ عضو میں سے ایک قسم کی رطوبت (ودی اور مذی) نکلتی رہتی ہے جو کھار کی قسم سے ہوتی ہے۔ فعلِ جماع میں دونوں طرف کی رطوبتیں زیادہ مقدار میں نکل کر کیمیاوی بجلی پیدا کرتی رہتی ہیں۔ جس طرح تیزاب اور کھار کے ملاپ سے پیدا شدہ سوڈا واٹر جب زبان اور مُنہ کے لعابدار پردے پر جا لگتا ہے تو ایک قسم کا لُطف اور حظ حاصل ہوتا ہے۔ اسی طرح فعلِ جماع سے پیدا شدہ کیمیاوی بجلی کی رَو اور رطوبت جب اندامِ نہانی اور حشفہ

کے پردے کو لگتی ہے تو ایک خاص قسم کا حظ حاصل ہوتا ہے۔ اسی کو حظِ جماع کہتے ہیں۔ یہ ثابت ہو چکا ہے کہ فعلِ جماع میں شخصی اور کیمیاوی بجلیاں ضرور موجود ہوتی ہیں۔ اب آگے تیسری قسم "رگڑ کی بجلی" کا بیان درج کیا جاتا ہے ×

رگڑ کی بجلی اگر شیشہ کی چیز یا لاکھ کو فلالین، ریشم یا اُون کے ساتھ رگڑا جاوے تو اس میں بجلی پیدا ہو جائے گی۔ اور وُہ ہلکی ہلکی چیزوں کو اپنی طرف کھینچ لے گی۔ بعض آدمیوں کو ایسی مہارت ہوتی ہے کہ وہ ہاتھ کو غالیچہ پر رگڑ کر انگلی میں بجلی پیدا کر کے بتّی روشن کر سکتے ہیں۔ کارخانوں میں کام کرنے والے بعض دفعہ ایک ہاتھ مشین کے پٹے پر رکھ کر اس میں بجلی پیدا کر کے اُنگلی سے بتّی روشن کر لیا کرتے ہیں۔ ولایت میں مشینیں چونکہ بہت تیز چلتی ہیں، اس لئے رگڑ سے بجلی پیدا ہو کر کئی دفعہ آگ لگ جایا کرتی ہے!

اگر دونوں ہاتھوں کو آپس میں رگڑا جائے تو بجلی پیدا ہو جاتی ہے۔ اسی طرح سے کوئی دو عضو اگر رگڑے جائیں تو بجلی پیدا ہو جاتی ہے۔ ... لیکن کوئی عضو اِس کام کے لئے ایسا تیز نہیں ہے جتنا کہ حشفہ اور بظر ہیں۔ ان ہی کو بھڑکانے اور رگڑنے سے مرد اور عورتیں جلق کی عادی ہو جاتی ہیں، اور جو تھوڑا سا حظ حاصل ہوتا ہے، وُہ رگڑ کی بجلی سے ہی ہوتا ہے۔ رگڑ سے جو بجلی پیدا ہوتی ہے، وُہ جسم کے پٹھوں (اعصاب) سے حاصل ہوتی ہے۔ اس سے پٹھوں (اعصاب) کو نقصان پہنچتا ہے اور پٹھے کمزور ہو جاتے ہیں ×

قدرت کا یہ منشاء ہے کہ مرد اور عورت کے پوشیدہ اعضاء پر تینوں قسم کی بجلی کا اثر ہو۔ لیکن جلق اور اغلام میں صرف ایک قسم کی بجلی کا اثر

ہوتا ہے۔ اور چونکہ وُہ بجلی پٹھوں (اعصاب) سے اپنی طاقت کھینچتی ہے، اِس سے اعصاب کمزور ہو کر جسم کو کمزور کر دیتے ہیں!

تینوں قسم کی بجلیاں جب اکٹھی ہوتی ہیں تو عورت مرد کی ۔۔۔۔ اور مرد عورت کی بجلیوں سے متاثر ہو کر نقصان پانے کی بجائے کچھ لُطف اور فائدہ حاصل کر لیتے ہیں۔ فعل جماع کے بعد دونوں ہلکے پھُلکے اور روشن دماغ ہو جاتے ہیں۔ اِس لئے مرد اور عورت کی تینوں قسم کی بجلیاں جب باہم ملتی ہیں تو تیسری شے خداداد نعمت یعنی اُولاد پیدا ہو کر مرد عورت مالا مال ہو جاتے ہیں۔ اگر مرد اور عورت کی اِن تینوں قسم کی بجلیوں میں کوئی نقص واقع ہو تو اِنسان متاعِ اُولاد سے محروم رہتا ہے!

تولیدِ نسل کو روکنے یا برتھ کنٹرول کرنے کیلئے جو ادویہ استعمال کیجاتی ہیں، خواہ وُہ خوردنی ہوں یا غیر خوردنی یا شافہ سپازیٹری، ربڑ ٹیوب یا فرنچ لیدر وغیرہ انگریزی یا آیورویدک اور یونانی ہوں، ان سب کا اثر اِن تینوں قسم کی بجلیوں کی رَو پر یہ ہوتا ہے کہ یہ اشیاء بجلی کی رَو کو روک کر اولاد کی پیدائش کو بند کر دیں جو کہ مرد اور عورت کی صحت و تندرستی کیلئے باعثِ مضرت و نقصان ہے۔ کیونکہ جب بجلی کی رَو کو روکنے کی کوشش کی جاتی ہے تو بجلی کی رَو اُلٹ کر اپنے منبع کی طرف پلٹا کھا کر ٹکر لگاتی ہے جس سے مرد اور عورت کے دماغ اور اعضاء پوشیدہ کو ناقابل برداشت صدمہ پہنچتا ہے۔ اِس صدمے سے ان کی طاقتیں زائل ہو جاتی ہیں۔ مرد اور عورت اولاد پیدا کرنے کے ناقابل ہو جاتے ہیں۔ جسم کی خوبصورتی ضائع ہو جاتی ہے۔ حوصلہ پست ہو جاتا ہے۔ جسم مضمحل اور نیم مردہ ہو جاتا ہے!

شہوانی لہریں

عورت کے وجود میں از روئے فطرت شہوانی لہروں کا باقاعدہ مدّ و جزر ہوتا ہے۔ وہ صد ہا معمولی معمولی نشانیوں سے بتاتی ہے کہ اب اُس کے شہوانی جذبات اوج پر ہیں اور مرد اس سے بطیب خاطر فائدہ اُٹھالیتا ہے۔ لیکن اگر شوہر ان کا خیال نہیں کرتا تو وہ مجبوراً خاموشی اور ضبط سے کام لیتی ہے۔ وُہ اپنے جذبات پر پتھر رکھ دیتی ہے۔ اِس کا لازمی نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ وُہ شخص جو اس کی ایسی بے بسی کی حالت میں پروا کئے بغیر زبانی طور پر عشق و محبّت کی گفتگو کرتا ہے، عورت اُس سے نفرت کرنے لگتی ہے!

اِس زمانہ کے مرد، عورتوں کے جسمانی حالات سے بالکل بے بہرہ ہیں۔ ایک عورت کا واقعہ ہے کہ اُس کا شوہر اس سے محبت و ملاطفت کرنے اور کثرت سے ہمبستر ہونے کا عادی تھا لیکن وہ اس کے جذبات کو برانگیختہ کرنے کی کبھی تکلیف نہ اُٹھاتا۔ شادی کے وقت وہ بالکل ناواقف تھی۔ مگر اِس کو یہ خیال ضرور ہوتا تھا کہ اُس کے شوہر کی مجامعت میں کسی شے کی کمی ضرور ہے۔ اُس کا خاوند اُس کے لبوں اور رخساروں کے ساتھ ہمیشہ اپنے لبوں کو مس کیا کرتا تھا۔ ایک وقت اتفاقاً اس کی شہوانی لہر بھی اوج پر تھی۔ اُس کو بڑے شدومد سے خواہش ہوئی کہ شوہر اُس کے شباب کی بلندیوں کو دبائے اور بوس وکنار میں مصروف ہو۔ یہی وہ حرکات ہیں جو ایک عورت کی تمام خوشیوں کو ایک وقت میں برانگیختہ کرسکتے ہیں، کیونکہ اِن میں دُنیا بھر کا شاعرانہ حُسن چھپا ہُوا ہے۔ چونکہ اِس عورت نے شرماتے ہوئے یہ درخواست کی تھی، اِس لئے اُس کا شوہر

جلدی سے اُس کے شباب کی بلندیوں کو لبوں سے مس کر کے فوراً علیحدہ ہو گیا۔ یہ شخص اِس قدر جاہل تھا کہ اس کو اتنی بات کا علم نہ تھا کہ مرد کے لبوں کا مس ہونا اُس کو طبعی مواصلت کے لئے تیار کر دینے کا ایک یقینی عمل ہے۔ اِس طرح شوہر نے اپنی بیوی کے حقیقی جذبات کو دبا دیا کیونکہ اُس نے کبھی ان جذبات کو برانگیختہ کرنے کی کوشش مطلق نہ کی۔ نتیجہ یہ ہوا کہ بیوی کو ہم بستری میں کبھی طبعی لذت حاصل نہ ہوئی۔ ایسے شرمیلے یا غافل شوہر اپنی خواہش کو پورا کر کے علیحدہ ہو جاتے ہیں۔ اور اپنی بیویوں کے اِس درد، اِس ٹیس اور اس جلن کا خیال نہیں کرتے جو اُن کے دِلوں کو گھن کی طرح کھا جاتی ہے اور بالآخر اُن کی صحت کو تباہ و برباد کر دیتی ہے۔

اکثر عورتوں کی خواہش اس سے بھی دب جاتی ہے کہ اُن کے شوہر متواتر صحبت کرنے کے عادی ہوتے ہیں۔ وُہ اُس وقت بھی صحبت کرتے ہیں جب وہ اِس فعل کا حظ حاصل کرتی ہیں اور اُس وقت بھی جب یہ فعل اُن کے لئے ناگوارِ خاطر ہوتا ہے۔ اِس سے اُن کو مساوات سی ہو جاتی ہے۔ جو لوگ اپنی بیویوں کے جوش کی کمی کی شکایت کرتے ہیں، وہ عموماً اس کا خود ہی باعث ہوتے ہیں۔ جب عورت سے ایسی حالت میں مجامعت کا مطالبہ کیا جاتا ہے جس وقت اُس کو اِس میں فطری لذّت کا احساس نہیں ہوتا، اور مطالبہ بھی اِس طرح کیا جاتا ہے کہ اس کے جذبات کے برانگیختہ کرنے کی کوئی کوشش نہیں کی جاتی تو اِس حالت میں فعلِ مخصوص اس کی قوتِ بہیمی کو کم کر دیتا ہے اور وہ وقتِ معینہ پر بھی کوئی حظ حاصل نہیں کر سکتی۔ یاد رکھئے کہ عورت کی شہوانی لہریں ایّامِ حیض سے قریباً ہفتہ بھر قبل اور ایامِ حیض کے قریباً ہفتہ بھر بعد بیدار ہوتی ہیں یعنی خواہشِ نسوانی ایامِ حیض سے چند

روز قبل خوب ترقی پر ہوتی ہے۔ ایامِ حیض میں نہایت کم درجہ پر ہوتی ہے اور پھر ایام کے اختتام پر کسی قدر ترقی کرتی ہے۔ پھر ایامِ حیض کے قریب تک ایک سطح پر رہتی ہے۔ اس کے بعد ایام سے دو چار روز قبل بڑھ کر اس معراج کو پہنچ جاتی ہے ؏

عورت کے جذباتِ شہوانی کا انتہائی عروج

اگر ہم ایک ایسا نقشہ تیار کریں جس میں اٹھائیس یوم کا زمانہ یکے بعد دیگرے دکھایا جائے، اور ہر زمانہ کو بجائے خود ایک مُدت خیال کریں تو سوال پیدا ہوگا کہ اس دَوران میں تندرست عورت کب اور کے بار فطری خواہش محسوس کرتی ہیں۔ بڑے غور و خوض کے بعد ہیں نے یہ نتیجہ نکالا ہے کہ اٹھائیس روز میں دو بار خواہشِ نسوانی اپنے پُورے اوج پر ہوتی ہے۔ پہلی مَوج ایامِ حیض سے ایک یا دو روز قبل اُٹھتی ہے۔ اور دُوسری ایامِ حیض کے بعد۔ لیکن ایامِ حیض کے اختتام پر تین چار روز سے آٹھ یا نو روز تک یہ موج اپنی اصلی سطح پر رہتی ہے، یعنی پہلے اور دُوسرے جوشِ خواہش ہیں قریباً پندرہ روز کا فصل ہوتا ہے۔ اِس کو واضح طور پر یوں سمجھئے کہ ہر چودہ روز کے بعد نسوانی خواہش اپنے اوج پر ہوتی ہے۔ لیکن اِس ترتیب سے کہ اس کا ایک زمانہ حیض سے دو ایک روز قبل آتا ہے۔ زمانۂ خواہش کا انحصار عورت کی جسمانی طاقت اور عام صحت پہ ہے۔ اکثر عورتیں بعض اوقات اٹھائیس دن میں تین مرتبہ سے بھی زیادہ شہوت محسوس کرتی ہیں۔ لیکن تکان، شہری زندگی، بُری خوراک وغیرہ کے اثرات اِتنے قوی ہوتے ہیں کہ ممکن ہے کہ ایک عورت اپنی مُدت العمر میں ایک بار بھی صنفی خواہش محسوس نہ کرے ۔ تکان عورت کے جسم پر اتنے بڑے اثرات

پیدا کرتی ہے کہ اچھی خاصی طاقتور عورت کی خواہش بھی کم ہو جاتی ہے۔
ایک نوجوان شادی شدہ عورت نے بیان کیا کہ وہ ہم بستری کی خواہش ایسی محسوس کرتی ہے جس طرح کہ مقررہ اوقات پر وہ بھوک محسوس کرتی ہے۔ بالخصوص شوہر کی عدم موجودگی میں یہ خواہش اپنے وقت و ساعت کے لحاظ سے گھڑی کی طرح باقاعدہ ہوتی ہے۔

فورل اپنی کتاب "سوالاتِ صنفی" میں ایک دلچسپ مثال بیان کرتا ہے۔ وہ لکھتا ہے کہ میں نے ایک بار ایک شادی شدہ عورت کو اپنے شوہر سے بیوفائی کرنے پر سخت لعنت ملامت کی۔ اس پر اس نے جواب دیا کہ مجھے ہفتہ میں ایک بار کم از کم جماع کی خواہش ضرور محسوس ہوتی ہے جب میرا شوہر موجود نہیں ہوتا تو پھر میں کیا کروں۔ فورل نے اس واقعہ سے کوئی نتیجہ نہیں نکالا۔ شاید نفس پر قابو نہ رکھنے کی بناء پر ہم اس عورت کو معیارِ عامہ سے علیحدہ کر دیں۔ لیکن دو ہفتہ میں خواہش کا احساس ہونا علم الاجسام کے اس قانون کے بالکل مطابق ہے۔ میری رائے میں یہی قانون عام عورتوں پر بھی صادق آتا ہے۔

مجھے اس امر کا یقین کامل ہے کہ عورت کو عام طور سے خواہ اس کو پتہ چلے یا نہ چلے، پندرہ روز میں ایک بار ضرور یہ خواہش ہوتی ہے اور معاملات زوجی پر اس کا بڑی حد تک اثر پڑتا ہے۔ زندگی بھر کی محبت و الفت کا لطف بہت ہی کم لوگوں کو نصیب ہوتا ہے۔ لہذا جو شوہر دائمی مسرت کا آرزو مند ہو، اس کو اپنی بیوی کا بڑے غور و خوض سے مطالعہ کرنا چاہیئے۔ اور یہ معلوم کرنا چاہیئے کہ کس حد تک اس کی خواہش معیار عام کے مطابق ہے اور کیا اس کی ربانی خصوصیات ہیں۔ اس کے بعد اس کو اپنی

بیوی کی فطرت کے مطابق اُس سے جماع کا مطالبہ کرنا چاہیے۔ وہ اس سے اپنی خواہش پوشیدہ نہ رکھے گی لیکن ہاں! اگر عقلمند ہے تو اس طرح ظاہر کرے گی کہ اُس کا انداز اور بھی بھلا معلوم ہوگا۔ وُہ اس مسرت سے بھی محروم نہ کرے گی جو شوہر کو یہ معلوم کرنے سے حاصل ہوتی ہے کہ وُہ اُس کو خوش کر رہا ہے! جو شوہر اس امر میں کامیاب ہو جائے، وہ البتہ بیوی سے اس کی فطرت کے مطابق جماع کا مطالبہ کر سکتا ہے۔ لیکن بعض اشخاص اپنے مقررہ معمول سے بیویوں کی خواہش کو قطعاً دبا دیتے ہیں ؛

خودغرضی کی اِنتہا

جب ایک شخص تمہاری ضروریات اور تمہارے جذبات کا احترام کئے بغیر اپنے ذاتی مقاصد میں کامیابی حاصل کرنے کے لئے تمہیں دھکا دے کر آگے بڑھتا ہے اور وُہ تمہارے فائدہ اور نقصان کی کچھ پروا نہیں کرتا تو تم اُسے خودغرض مطلبی کی اعزازی ڈگریاں فوراً دے ڈالتے ہو اور تمہیں اُس کی یہ ناشائستہ حرکت نہایت ناگوار معلوم ہوتی ہے۔ اگر فرض کرو کہ تمہیں اس شخص سے محبّت بھی ہو تو یہ محبّت آنِ واحد میں نفرت سے بدل جاتی ہے اور تم اُسے ایک کمینہ شخص سے زیادہ وقعت نہیں دیتے۔ لیکن اگر تم غور کرو گے اور اپنے حالات پر بھی ایک گہری نظر ڈالو گے تو تم دیکھو گے کہ تمہارے دامن پر بھی کہیں کہیں یہ بدنما داغ موجود ہے!

بتا چکے ہیں کہ ننانوے فی صدی مرد خواہشات کے بندے ہیں اور وہ اپنے جذبات کو تسکین دینے کے لئے انتہائی خود غرضی سے کام لیتے ہیں۔ ممکن ہے کہ تم حصولِ عزت اور دولت کے معاملے میں خود غرض نہ ہو، لیکن جب تم مواصلت کی لذت کے حصول کے وقت غور کروگے تو یقینی طور پر تمہیں ماننا پڑے گا کہ تم بھی کم و بیش خود غرض ہو۔ تم حصولِ لذت میں اس قدر دیوانے ہو جاتے ہو کہ فریقِ ثانی کے جذبات کو بالکل فراموش کر دیتے ہو۔ تمہارے نزدیک عورت کے جذبات کو ٹھکرا کر، عورت کی خواہشات کا احترام کئے بغیر اپنے جذبہ کو تسکین دینا جرم نہیں!

عورت کے جذبات کو ٹھکرانا

تم شباب کی اس منزل میں ہو، جب جذبات کی لہریں ہر لمحہ ایمان کی کشتی کو پاش پاش کرنے کے لئے ٹکرایا کرتی ہیں۔ فرض کرو کہ تم اسی شباب کے عالم میں اپنی شریک زندگی سے ہم آغوش ہوتے ہو اور عین اس وقت جب تم مواصلت کی منزل طے کر رہے ہو، اور جذبات کی تسکین کے لئے جدوجہد میں مصروف ہو، اگر تمہاری شریکِ زندگی تمہیں تشنہ چھوڑ کر علیحدہ ہو جائے تو بتاؤ تمہاری کیا کیفیت ہوگی؟ تم مچھلی کی طرح تڑپنے لگوگے۔ تمہاری ذات سے مجنونانہ حرکتیں رونما ہوں گی اور تمہیں اپنی شریک زندگی کے اس وحشیانہ برتاؤ پر طیش آجائیگا۔ تمہاری محبت نفرت میں بدل جائے گی اور شاید تم اس نازیبا حرکت پر اس قدر ناراض ہو کہ ہفتوں تم اس سے ہمکلام ہونا بھی پسند نہ کرو۔ صرف یہی نہیں ہوگا بلکہ بہت ممکن ہے کہ تم کسی مہلک مرض میں بھی گرفتار ہو جاؤ، اور یہ مرض تمہاری تندرستی کے نخل کو بھی برباد کر دے لیکن اس قسم کی حرکتیں روزانہ

مردوں سے رُونما ہوتی ہیں۔ اور وہ عصمت و عفت کی دیویاں، شرم و حیا کی مُورتیں مُنہ سے ایک حرف بھی نہیں نکالتیں۔ کیا ان کی خاموشی سے تم نے یہ سمجھ لیا ہے کہ وہ تم سے خوش ہیں؟ نہیں۔ بلکہ ان کی فرمانبرداری اُن کو مجبور کرتی ہے کہ وُہ تم سے کچھ نہ کہیں اور خاموش رہیں۔ لیکن یہ خاموشی بعض ہزاروں مصیبتوں کا سبب بن کر ایک بلا کی طرح تمہارے سر پر ٹوٹتی ہے۔ اُس وقت تمہیں اندازہ ہوتا ہے کہ دُوسرے کے جذبات کو ٹھکرا دینے کی سزا کیا ہو سکتی ہے!

مردوں کی نفس پرستی

تمہاری خواہش خواہش نہیں ہوتی بلکہ ایک شاہی فرمان ہوتا ہے۔ جس طرح ایک ظالم حاکم رعایا کی پروا کئے بغیر جو چاہتا ہے، کر گزرتا ہے، اسی طرح جب تمہارے جذبات میں لہر اُٹھتی ہے، جب خواہشاتِ نفسانی کا طوفان تمہارے دِل کی دُنیا میں رُونما ہوتا ہے تو تم کچھ نہیں سوچتے۔ تم کبھی بیوی کی جسمانی یا رُوحانی کیفیت کا مطالعہ نہیں کرتے۔ تم جو کچھ چاہتے ہو کر گزرتے ہو۔ تم کو مطلق پروا نہیں ہوتی کہ تمہاری بیوی کی کمزوری تمہاری نفس پرستی سے اور بھی بڑھ جائے گی۔ تم کبھی یہ نہیں سوچتے کہ اس وقت تمہاری شریکِ زندگی رنجیدہ اور اُداس ہے۔ اُس کے دل پر تو رنج و الم کی ایک گھٹا چھائی ہوئی ہوتی ہے۔ اور تمہارے دماغ پر ہوس پرستی کا پردہ پڑا ہوا ہوتا ہے۔ تم اتنا بھی تو نہیں سوچتے کہ تمہاری بیوی تمام دن کی تھکی ماندی ہے۔ اس حالت میں کیوں اُسے مجبور کیا جائے۔ تم نہ بیوی کی خوشی چاہتے ہو، نہ تندرستی چاہتے ہو۔ تم محض اپنے جذبہ کی تسکین چاہتے ہو۔ اگر تم انسان ہو، اگر خدا نے تمہیں عقل دی ہے تو پہلے بیوی کی جسمانی اور رُوحانی حالت پر ایک نظر ڈالو۔ اگر

وُہ کسی جسمانی تکلیف میں مُبتلا ہے تو اُس کے دُور کرنے کی کوشش کرو۔ اگر وُہ کسی رُوحانی مرض کا شکار ہے تو اس کی طرف توجہ کرو۔ پھر اُس سے ہم آغوش ہو۔ تاکہ زندگی کا لُطف حاصل کر سکو اور مواصلت کی حقیقی لذّت جانبین کو حاصل ہو ؛

عورت کا ایثار

عورت اپنی خواہش کو خواہش نہیں سمجھتی۔ وُہ اپنے جذبات کو پامال کر دیتی ہے اور ہمیشہ خاوند کی اطاعت پر آمادہ اور تیار رہتی ہے۔ عورت مرد کی خواہشات کی تعمیل کو ضروری ہی نہیں سمجھتی۔ بلکہ وُہ یہ جانتی ہے کہ اُس کا خاوند اس کا دین ہے، اُس کا ایمان ہے۔ اِس لئے اُس کی خواہشات کو لبیک کہنا اُس کا مذہبی فرض ہے۔ اس کے یہ معنی نہیں ہیں کہ اُس کی وفاشعاری سے ناجائز فائدہ اُٹھایا جائے، اُس کی تندرستی کو برباد کر دیا جائے۔ ہمیں چاہیئے کہ جس طرح عورت ہمارا خیال رکھتی ہے، اسی طرح ہم بھی عورت کے جذبات کا احترام کریں۔ اگر ہم ایسا نہ کریں گے تو محبت یک طرفہ ہوگی۔ اور یک طرفہ محبت کبھی کسی خوشگوار زندگی کی طرف نہیں لے جا سکتی ؛

عورت کا حُسنِ انکار

عورت اگر درحقیقت عورت ہے، اگر موجُودہ تہذیب نے اس کی نسائیت کو فنا نہیں کیا ہے، تو وُہ کبھی مواصلت کے لئے آمادگی ظاہر کرے گی اور نہ انکار۔ اگر وُہ مواصلت کی تمنّا دِل میں رکھتی ہوگی تو اُس کی زبان کو کبھی جنبش نہیں ہوگی۔ مگر ہاں، اُس کی مخمور آنکھیں تم سے کچھ ضرور کہیں گی۔ اُس کے ہر انداز اور ہر ادا سے مواصلت کا جذبہ رُونما ہوگا۔ مگر حجاب اُس کی زبان پر قفل لگا دیتا ہے۔ اِسی طرح جب عورت مواصلت سے انکار کرتی ہے تو

صاف طور پر کبھی نہیں کہتی۔ جب تم اس سے اپنی تمنّا کا اظہار کرتے ہو تو اُس کی آنکھیں تم سے نہایت مہذّب طور پر معافی کی خواستگار ہوتی ہیں۔ جب تم اُسے آغوش میں لیتے ہو تو اُس کے جسم کی ہر جنبش سے انکار ظاہر ہوتا ہے۔ جب تم اپنے لبوں کو اُس کے نازک لبوں سے مس کرتے ہو تو اُس کے لبوں کو تو حرکت نہیں ہوتی مگر پھر بھی وہ دِل کے سچّے جذبہ کی ترجمانی کر جاتے ہیں۔ اگر عورت سے لُطف اندوز ہونا ہے تو جذبات کا مطالعہ کرو۔ ورنہ تم حقیقی لذّت سے نا آشنا رہو گے!

عورت کو مجبور کرنا

انصاف کے ساتھ سوچو کہ تم کب خلوت کے لئے آمادہ ہوتے ہو؟ جب تمہاری نفسانی قوتیں تم کو بے چین اور حواس باختہ کر دیتی ہیں۔ لیکن اِس سوال کا جواب دو کہ ایسے مواقع پر کبھی اس بات کا خیال بھی کرتے ہو کہ فریقِ ثانی تمہاری خواہشوں کا خیر مقدم کہنے کے لئے تیار ہے یا نہیں؟ ایک شخص تمہارے قبضہ میں ہے، تم اپنے قبضہ سے اگر ناجائز فائدہ اُٹھاؤ گے تو وہ بے بس کچھ نہیں کہہ سکتا۔ لیکن کیا تم اُمید رکھتے ہو کہ اس کا دل بھی تم سے خوش ہو گا؟ اِس مثال کو یوں سمجھو کہ تمہیں بھوک معلوم ہو رہی ہے۔ تم کہتے ہو کہ دستر خوان بچھایا جائے اور جبر کرتے ہو کہ گھر کا ہر شخص کھانے میں شرکت کرے۔ فرض کرو کہ سب نے شرکت بھی کر لی، تو کیا تم یہ توقع رکھتے ہو کہ تم بھوک کی حالت میں کھانے سے جتنے لُطف اندوز ہو سکتے ہو، اُسی قدر اُن لوگوں کو بھی لُطف آئے گا جن کو ابھی بھوک نہیں لگی؟

آج کل جو خواہشیں پیدا ہوتی ہیں، اُن میں فی صدی ایک فطرت کے صحیح جذبہ کے ماتحت ہوتی ہیں، اور ننانوے فیصدی کسی خارجی سبب پر

مبنی ہوتی ہیں۔ مثلاً تم نے کوئی ولولہ انگیز کہانی سنی، کوئی جذبات کو ابھارنے والا قصہ پڑھا، کوئی بیتاب کن نظارہ دیکھا، کوئی برانگیختہ کن خیال دل میں پیدا ہوا، اور تم آمادۂ خلوت ہو گئے۔ لیکن یہ تو بتاؤ کہ جن تحریکات سے تم آمادہ ہوئے، جب اُن کا اثر فریق ثانی پر مطلق نہیں ہے تو وہ تمہارے جذبات کو خیر مقدم کہنے کے لئے کیونکر تیار ہو؟ اس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ ایک طرف جبر و ستم اور جور و تعدی کا مظاہرہ ہو رہا ہے، اور دوسری طرف بے بسوں کے زرّیں اصول مقاومت مجہول پر عمل کیا جا رہا ہے۔ اور اس کا نتیجہ جس قدر خوشگوار ہو سکتا ہے، وہ ظاہر ہے!

جو لوگ اس بات کے خواہشمند ہیں کہ اپنی طرح اپنی رفیق زندگی کو بھی راحت و مسرت میں شریک کریں، اُن کا پہلا فرض یہ ہونا چاہئے کہ اس کے جذبات و خیالات اور عادات کا عمیق مطالعہ کریں، اس کی فطرت سے آگاہی حاصل کریں۔ اس میں شک نہیں کہ عورتوں میں شرم و حیا کا مادہ قدرتی ہے، اُن کی زبان پر مہر سکوت لگی ہوئی ہے، لیکن اگر آنکھ ہو تو شرم کے موٹے موٹے غلافوں میں بھی جذبات اپنی جھلک دکھائے بغیر نہیں رہتے۔ اور اگر کان ہوں تو زبان پہ لاکھ مُہریں ہونے کے باوجود خواہش نفسانی کی صدائیں سنائی دیتی ہیں۔ پس ضرورت ہے کہ مشترکہ مسرت کے خواستگار پہلے چشم و گوش پیدا کریں۔

دُنیا کے اس اہم فرض کو بیوقوفوں اور حیوانوں کی طرح انجام نہ دو، بلکہ انسانوں کی طرح انجام دو۔ شریک زندگی کی حرکات و سکنات، چہرے کے تغیرات اور مخفی اشارات سے اُس کے دل کا راز زبان تک آئے بغیر معلوم کرو۔ پھر اس شراب طہور کے ایک دو جام اُسے بھی پلاؤ، جس کے سرور

نے تم کو دیوانہ بنا رکھا ہے ؟

بیوی کو آمادہ کرنا

خاوند کو چاہیئے کہ وہ مجامعت سے پہلے بیوی کے جذبات کو برانگیختہ کرنے کی صورتیں اختیار کرے، تاکہ وہ حقیقی لذّت حاصل کر سکے۔ جنگلی جانور اس معاملہ میں انسان سے عقلمند ہیں۔ وہ اپنی مادہ سے اُس وقت تک متحد نہیں ہوتے جب تک کہ وہ اپنے نسلی دستور کے مطابق اس سے عشق و محبت اور راز و نیاز نہیں کرتے۔ متحد ہونے سے پہلے وہ یا تو اپنی قوت کا اظہار کرتے ہیں یا اپنے خوبصورت پَر دکھاتے ہیں یا اپنی مادہ کو راگ سُنا کر محو و متوالا کر کے اتحاد کے لئے تیار کر لیتے ہیں۔ ہم کو یہ امر بھی فراموش نہ کرنا چاہیے کہ جنگلی جانوروں کی فطرت بھی امداد کرتی ہے۔ ہر نر اپنی مادہ سے ایسے وقت میں اتحاد کی خواہش کرتا ہے جب وہ بھی اس خواہش کو اپنے اندر محسوس کرنے لگتی ہے۔ لیکن مرد چونکہ عورت سے بے وقت خواہش جماع کرتا رہتا ہے، اِس لئے اُس پر ہر مرتبہ دوگونہ فرائض کی انجام دہی کا بار آ پڑتا ہے۔ ایک تو جماع سے قبل عورت کو اپنی طرف مائل کرنا اور دُوسرے اُس میں جماع کی خواہش پیدا کرنا۔ اگر مرد عورت کی فطری خواہش کا انتظار کر لیا کرے تو ایک حد تک اُس کو دُوسرا کام انجام دینے کی ضرورت لاحق نہ ہو۔ لیکن جب ایسا نہیں ہوتا تو اس کے لئے دونوں امر ناگزیر ہو جاتے ہیں۔ جانبین کا ایک ساتھ انزال نہایت اہم ہے۔ لیکن اکثر حالتوں میں مرد کی انتہا اتنی جلدی ہوتی ہے کہ عورت اس قدر جلد انزال کے لئے تیار نہیں ہوتی۔ نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ وہ منزل نہیں ہونے پاتی۔ اگرچہ بعض حالتوں میں ایسا بھی ہوتا ہے کہ قبل اس کے کہ مرد منزل ہو، عورت کو ایک یا ایک سے زائد انزال ہو چکتے ہیں۔ لیکن اس میں مبالغہ نہیں کہ ستر یا اسّی

فیصدی عورتیں مرد کے ساتھ انزال پر قادر نہیں ہوسکتیں۔ کیونکہ یا تو مرد کی رفتار بہت زیادہ تیز ہوتی ہے یا اُن کے اعضاء کی اشکال وجسامت میں موافقت نہیں ہوتی ؛

مرد معمولی بوس وکنار کے بعد مباشرت سے لُطف اُٹھاتا ہے تو اس فعل سے اُس کا مادۂ منویہ خارج ہوکر جسم ہلکا ہو جاتا ہے۔ اعصاب ڈھیلے پڑ جاتے ہیں اور چند ہی منٹ میں ایک معصوم بچے کی طرح بے خبر سوتا ہوُا نظر آنے لگتا ہے ؛

شوق وصال میں بیداری

ایسی حالت میں اکثر عورتیں جب اپنے خاوندوں کو سوتے دیکھتی ہیں تو وہ جذبات سے لبریز ہوکر بیتاب ہو جاتی ہیں اور خود نہیں سوسکتیں لیکن مرد اپنی غفلت یا لاعلمی کی وجہ سے مطلق خیال نہیں کرتے کہ عورتوں کی خواہش بھی اسی طرح رفع ہونی ضروری ہے یا نہیں۔ اور وُہ ان جذبات کی پروا کئے بغیر ان کو تڑپتا ہوُا چھوڑ کر خوابِ نوشیں کے مزے لیتے ہیں۔ اکثر شادی شدہ عورتوں نے بیان کیا ہے کہ ہم کو مباشرت کے بعد اکثر گھنٹوں اور بعض اوقات تمام رات بے چین اور بے خواب رہنا پڑتا ہے۔ مجھے اس امر کا یقین کامل ہے کہ عورتوں کی بے خوابی اور تمام اعصابی شکایات کی وجہ بالعموم یہ ہوتی ہے کہ ان کے شوہر ان کی خواہشیں پوری کرنے میں ناکام رہتے ہیں ؛

نامکمل مباشرت

بسا اوقات ایسا ہوتا ہے کہ شوہر اپنی بیوی کی تکلیف کا خیال کرکے جو اُس کو ایّام حمل اور اُس کے بعد ہوتی ہے، انزال سے قبل علیحدہ ہو جاتا ہے، یعنی جب منی اپنے مقام سے حرکت کرچکی ہے اور انزال قابو میں نہیں رہتا تو وہ اپنا مادۂ منویہ علیحدہ خارج کر دیتا

ہے۔ اِس طرح منی تو خارج ہو جاتی ہے لیکن عورت حاملہ نہیں ہو سکتی۔ اِس طریقہ سے اگرچہ عورت کو بے ضرورت حمل کی تکلیف نہیں اُٹھانی پڑتی لیکن یہ عمل سے بہت زیادہ نقصان دہ ہے۔ لہٰذا ہرگز ایسا نہ کرنا چاہیئے۔ یہ فعل عورت کو درمیان میں چھوڑ دیتا ہے، اس کی خواہش باقی رہ جاتی ہے اور اطمینانِ طبعی حاصل نہیں ہوتا۔ لہٰذا اُس کے اعصاب اور عام صحت پر بُرا اثر پڑتا ہے۔ مزید برآں عورت جو مرد کے جوہرِ خاص کو کسی حد تک جذب کر لیتی ہے، اس فائدہ سے محروم رہ جاتی ہے۔

ایک واقعہ مجھے یاد آیا کہ ایک نوجوان لڑکی کی شادی ایک نہایت قبول صورت شخص سے کر دی گئی۔ جانبین لُطفِ مباشرت سے نا آشنا محض تھے۔ دونوں ہوشیار اور سنجیدہ تھے۔ دونوں علم الحیات سے بھی کچھ نہ کچھ واقفیت رکھتے تھے لیکن تعلقاتِ صنفی کا دونوں میں سے کسی کو کچھ تجربہ نہ تھا۔ جانبین اس امر سے بالکل بے خبر تھے کہ عورت کی خواہش بر آری بھی ضروریات سے ہے۔ چند سال تک نوجوان حسینہ کا شوہر اُس کے ساتھ مباشرت کرتا رہا، لیکن اس کو کچھ لذّت حاصل نہ ہوتی۔ وُہ مباشرت کے بعد فوراً سو جاتا اور یہ اکثر گھنٹوں اور بعض اوقات رات رات بھر بے چین رہتی تھی۔ چند سال بعد اس حسینہ کے شوہر کا انتقال ہو گیا اور اِس کی صحت نسبتاً درست ہو گئی۔ سال بھر بعد اُس نے دُوسری شادی کر لی۔ اب اس کا تعلق ایسے شخص سے ہوُا جو ضروریاتِ نسوانی سے اچھی طرح واقف تھا اور اپنی اور اپنی بیوی کی رفعِ خواہش پر پُورا وقت اور پُوری توجہ خرچ کرتا تھا۔ چنانچہ اُسے خوب نیند آنے لگی اور اس کی صحت بھی درست ہو گئی۔

چھٹا باب

نوجوان میاں بیوی

کی

ابتدائی غلطیاں

کثرت جماع کی کہانی

جیسے عرب کے ریگستان میں پیاسے مسافروں کو دُور سے جب کوئی چشمہ یا آبشار دکھلائی دیتی ہے' وہ اُس کی جانب تیزی سے بھاگتے ہیں اور چشمہ کے کنارے پہنچ کر حد سے زیادہ پانی پی کر بیمار ہو جاتے یا مر جاتے ہیں' ایسے ہی نوجوان شادی ہونے کے بعد شادی کا لُطف حاصل کرنے کی خاطر بے تحاشا شہوانی جذبات کی آگ میں بار بار کُودتے ہیں جس سے بعض اوقات وہ انواع واقسام کے امراض کا شکار بنتے ہیں اور اُن کی صحت یا جسمانی طاقت ہمیشہ کے لئے چلی جاتی ہے ؛

ایک نوجوان کا بجیئٹ لکھتا ہے :-

"میں لاہور کے ایک کالج میں پڑھا کرتا تھا۔ اِسی دوران میں میری شادی ایک نہایت حسین عورت سے ہو گئی۔ میں نے جس دن سے اُس کا حسین چہرہ دیکھا، اُس دن سے میرا پڑھنے سے دِل اُکتا گیا۔ میں یہی چاہتا تھا کہ اُس کے چاند سے مکھڑے کو دیکھتا رہوں لیکن والدین کے مجبور کرنے پر مجھے واپس لاہور کالج میں آنا پڑا۔ یہاں آ کر بھی میں اِس فکر میں رہتا کہ چھٹیاں ہوں اور میں گھر جا کر اپنی

پران پیاری حسینہ کا شگفتہ چہرہ دیکھوں اور اُس سے میٹھی میٹھی باتیں کر کے اپنے دل کی کلی کو شگفتہ کروں ؛

میرا گھر لاہور سے بہت دُور تھا۔ اس لئے مَیں دو چار دنوں کی چھٹیوں میں گھر نہیں جا سکتا تھا۔ صرف گرمیوں کی رخصتوں میں گھر جانے کا اتفاق ہوتا تھا۔ رخصت ہوتے ہی مَیں پہلی ٹرین میں سوار ہو کر گھر روانہ ہو جاتا۔ گھر میں پہنچنے پر میرے لئے صرف دو کام تھے۔ ایک مباشرت اور دُوسرا سونا۔ دِن رات میں جب بھی خواہش پیدا ہوتی، پُوری کر لیتا۔ اور اس سے فارغ ہو کر تھکان رفع کرنے کے لئے آرام کرتا۔ اور بعض اوقات اُس کی خوبصورتی اور حُسن پر فریفتہ ہو کر دن رات میں چار پانچ مرتبہ حُسن و شباب کے مزے لُوٹتا۔ آخر نتیجہ یہ ہؤا کہ دو تین سال میں ہی میرے حُسن و جوانی کا دیوالہ نکل گیا۔ اور میری بیوی جو چاند کی مانند خوبصورت تھی، مرض لیکوریا میں مبتلا ہو کر نہایت نحیف و کمزور ہو گئی۔ اُس کا چہرہ جو چاندنی کی طرح خوبصورت تھا اُس پر زردی چھا گئی۔ اور ہم دونوں انواع و اقسام کی امراض میں مبتلا رہنے لگے!

کثرتِ جماع کے نتائج

ایک بار جماع کرنے سے خالص خُون کے کم از کم آٹھ سو قطرے ضائع ہوتے ہیں۔ اور یہ بات یاد رکھنے کے قابل ہے کہ خون کے ۸۰ قطروں سے ایک قطرہ منی کا بنتا ہے اور ایک وقت میں منی کے قریباً پندرہ بیس قطرے خارج ہو جاتے ہیں۔ ایسے قیمتی جوہر کے بار بار خارج ہونے سے دل و دماغ، معدہ و جگر، گردہ و مثانہ حتیٰ کہ جسم کے تمام قوا کمزور و لاغر ہو جاتے ہیں۔ معدہ غذا ہضم نہیں کر سکتا۔ دماغ میں سوچنے کی طاقت نہیں رہتی۔ آنکھوں کی روشنی میں فرق آ جاتا ہے۔ حافظہ خراب ہو جاتا ہے۔ دل کمیٔ خون کی وجہ سے دھڑکنے لگتا ہے، چہرہ زرد ہو جاتا ہے، آنکھیں اندر کو گھُس جاتی ہیں ضعفِ جگر اور جریانِ منی کی شکایت ہو جاتی ہے۔ اور

سُرعتِ انزال، سل، دِق، صرع، ہسٹیریا، مالیخولیا وغیرہ خطرناک امراض کے لئے راستہ کُھل جاتا ہے۔ بال جوانی ہی میں سفید ہو جاتے ہیں ؂

کثرتِ جماع کا اثر عورت پر بھی بہت بُرا پڑتا ہے۔ اندرونی فرج کی جھلی رگڑ کی زیادتی سے سُکڑ جاتی ہے۔ چند ماہ کی بے اعتدالیوں سے جھلی کی تمام رطوبت نچڑ کر خارج ہونے لگتی ہے اور شرمگاہ سے ہر وقت ایک زرد سا پانی رسنے لگتا ہے جس کے سبب مباشرت کے وقت بجائے لُطف کے طرفین کو بہت بے لطفی حاصل ہوتی ہے۔ علاوہ ازیں عورت دِن بہ دِن لاغر ہونے لگتی ہے۔ اُس کی بھُوک مرجاتی ہے۔ چہرہ مُرجھا جاتا ہے۔ ایسی عورت کو حیض بھی وقت پر نہیں آیا کرتا کبھی کم اور کبھی زیادہ خارج ہونے لگتا ہے اکثر اوقات اسقاطِ حمل کی شکایت پیدا ہو جاتی ہے ؂

ڈاکٹروں حکیموں کے قیمتی مشورے

حکیم بُوعلی سے ایک آدمی نے دریافت کیا کہ جماع کتنی مُدت کے بعد کرنا چاہیئے؟ اُنھوں نے جواب دیا کہ ایک سال بعد۔ مگر جو ایک سال نہ رہ سکے؟ فرمایا۔ وہ چھ ماہ بعد کرے۔ جوان نے کہا کہ چھ ماہ بھی نہ رہ سکے؟ کہا تیسرے مہینے کرے۔ کہا جو اس قدر بھی خواہش کو نہ روک سکے؟ فرمایا۔ ہر ماہ میں ایک بار جماع کرے۔ جوان کی تشفی نہ ہوئی اور پھر کہا۔ کہ اس قدر بھی دیر جو تحمل نہ کر سکے؟ فرمایا۔ ہر ہفتہ مُنہ کالا کرے۔ جوان کی ابھی تسلّی نہ ہوئی کہنے لگا۔ جو اتنی دیر بھی نہ روک سکے؟ کہا چوتھے دن کرے۔ اب بھی سوال کر دیا جس پر شیخ الرئیس بُوعلی سینا نے فرمایا کہ جو اس کا جی چاہے کرے مگر کفن بھی تیار رکھے۔ گویا بوعلی سینا نے بھی بڑے سے بڑے جوان کے واسطے جو دُنیا میں ہو سکتا ہے، ہر چوتھے دن کی اجازت دی ہے ؂

ایک ڈاکٹر صاحب لکھتے ہیں کہ روزانہ مجامعت کرنا مضبوط سے مضبوط آدمی کے واسطے جو آج تک ہوئے ہیں، کثرت ہے۔ ایسے اشخاص ہیں جو سالوں تک اُس کو نہیں

طاقت میں بدوں کسی خاص قابل الذکر کمی کے کر سکتے ہیں۔ مگر آخر کار وقت آتا ہے کہ وہ کمزور ہونا شروع ہوتے ہیں۔ ہفتے میں دو دفعہ بڑی تعداد انسانوں کے واسطے کثرت ہے۔ ہفتہ میں ایک بار البتہ اعتدال کہلا سکتا ہے اور تندرست اشخاص ۵۰ سال کی عمر سے ۶۰ سال کی عمر تک اس کے مطابق کر سکتے ہیں۔ سرد خشک مزاج والے کو اس سے بھی نصف کرنا چاہیئے۔

چند صحیح واقعات و تلخ تجربات

بعض نوجوان کھانا کھانے کے بعد چارپائی پر لیٹتے ہی جماع میں مشغول ہو جاتے ہیں۔ چونکہ تمام اعضاء اس وقت غذا ہضم کرنے میں مصروف ہوتے ہیں اس لئے ایسے وقت جماع کرنے سے دل و دماغ، معدہ، جگر اور جسم کے تمام پٹھے کمزور و ناتواں ہو جاتے ہیں بعض نوجوانوں نے بخار کی حالت میں بیوی سے ہمبستری کی اور وہ تپ دق کے مرض میں مبتلا ہو گئے۔ کئی سال ہوئے ایک مالک کارخانہ نے بتلایا تھا کہ اُن کے اوپر حالت بخار میں نفسانی خواہشات کا شیطان سوار ہو گیا۔ اور اُنہوں نے اپنی بیوی سے منع کئے جانے کے باوجود مباشرت کی اور ڈیڑھ سال تک تپ دق کے مہلک مرض میں گرفتار رہے۔ اس عرصہ میں اُنہوں نے اپنے صوبہ کے تمام بڑے بڑے ڈاکٹروں کا علاج کیا اور سات آٹھ ہزار روپیہ صرف ہو گیا!

لاہور کے نہایت معزز خاندان کی ایک خاتون نے ہمیں بتلایا کہ اُن کے بھائی نے بی۔ اے، ایل۔ ایل۔ بی کا امتحان پاس کرنے کے بعد شادی کی۔ اور اپنی بیوی کو ساتھ لے کر پنجاب کے ایک شہر میں مقیم ہوئے۔ جہاں اُنہوں نے وکالت شروع کی۔ یہ صاحب نہایت خوبصورت تندرست اور وجیہہ جوان تھے ابھی وکالت شروع کئے تھوڑا ہی عرصہ گزرا تھا کہ اُنہیں معمولی سا بخار ہو گیا۔ وہ بخار میں ہی اپنی بیوی سے مباشرت کرتے رہے۔ اس کا نتیجہ یہ ہوا کہ انہیں تپ دق ہو گیا اور چند ماہ کے اندر

اِس دُنیا سے کُوچ کر گئے!

نوٹ کر لینے والی باتیں

جماع میں اگر عورت مرد دونوں کی تسلی ہو جائے تو اُس کے بعد اُنہیں جھٹ ہی گہری نیند آ جاتی ہے۔ اِس نیند کا اُن کی صحت پر نہایت اچھا اثر پڑتا ہے۔ ساری تھکاوٹ دُور ہو جاتی ہے۔ دونوں میں سے جس کو جماع کے بعد نیند نہ آئے، سمجھو اُس کا پُورے طور پر انزال نہیں ہُوا ٭

ایک بار جماع کر کے دُوسری مرتبہ اُس وقت تک بیوی کے پاس نہیں جانا چاہیئے جب تک طبیعت میں پہلی سی چُستی، دماغ میں فرحت اور وجُود میں قوّت پیدا نہ ہو جائے ٭

پانی پی کر یا پیاس کی حالت میں جماع نہیں کرنا چاہیئے۔ پانی پینے کے فوراً بعد جماع کرنے سے شہوت میں ٹھنڈک اور کمی آ جاتی ہے۔ اور پیاس کی حالت میں جماع کرنے سے جِسم کی خشکی کا مرض لاحق ہو جاتا ہے اور جسم دن بہ دن سُوکھنے لگتا ہے ٭

جماع کے بعد پانی پینے سے نزلہ وباہ کی شکایت ہو جائے گی۔ لہٰذا پانی جماع کے کم از کم نصف گھنٹہ بعد پینا چاہیئے ٭

جماع کے فوراً بعد نہانا سخت مُضر ہے۔ اگر نہانا ہو تو کم از کم نصف گھنٹہ آرام کرنے کے بعد، جبکہ تمام جسم میں کوئی جوش باقی نہ رہا ہو، نہا سکتے ہیں ٭

جتنے دن حیض رہے، اُتنے دن صحبت بالکل نہیں کرنی چاہیئے۔ حیض میں جماع کرنے سے دونوں کی صحت پر بُرا اثر پڑیگا اور کئی قسم کی بیماریاں لگ جائیں گی ٭

بھُوک کی حالت میں جماع کرنے سے تمام اعضاء رئیسہ اور کیمیاوی طاقتیں کمزور ہو جاتی ہیں ٭

بخار کی حالت میں یا جلاب لینے کے بعد جماع کرنا یک لخت کسی نہ کسی سخت

مرض میں مبتلا کرانے کا باعث ہوا کرتا ہے۔

سخت سردی کی حالت میں جماع کیا جائے تو منی خارج ہونے کے بعد چونکہ حرارت غریزی جسم میں بہت کم ہو جاتی ہے، اس لئے انسان سخت سردی کا مقابلہ نہیں کر سکتا۔ لہٰذا فوراً ہی سرسام یا نمونیہ کا شکار ہو سکتا ہے۔

اگر سخت گرمی میں جماع کیا جائے تو نکسیر یا نزلہ حار وغیرہ عوارض لاحق ہو جاتے ہیں۔

ورزش کرکے فی الفور جماع کریں تو تشنج کی بیماری ہونے کا ڈر ہے۔

نہانے کے فوراً بعد جماع کیا جائے تو مرض خفقان یا جنون کا خوف پیدا ہوتا ہے۔

غم و اندیشہ کے وقت جماع کرنے سے ان کی زیادتی کی بنیاد قائم ہوتی ہے۔

آپس میں ملنے کا جو دن مقرر ہو اس دن دونوں کو سورج ڈوبنے سے پہلے ہی کھانا کھا لینا چاہیئے تاکہ تب تک بخوبی ہضم ہو جائے۔

اس شام کے کھانے میں کھٹائی، اچار، سرکہ وغیرہ استعمال نہیں کرنا چاہیئے۔ نمک بھی اس رات کم استعمال کرنا چاہیئے۔

جماع کے پندرہ بیس منٹ بعد قدرے مقوّی خوراک کھویا یا ملائی وغیرہ کھانا ضروری ہے تاکہ زائل شدہ طاقتیں کسی قدر بحال ہو جائیں اور جماع کی گرمی اعتدال پر آ جائے۔ اگر شہد ملا نیم گرم ملائی دار دودھ مندرجہ ذیل ادویہ کے ساتھ پی لیا جائے تو اور بھی اچھا ہے:۔

شلاجیت دو رتی۔ سفوف ملٹھی دو ماشہ۔ ستاور دو ماشہ۔ کشتہ فولاد ایک رتی۔ یہ مقدار دو پڑیوں کے لئے کافی ہے۔ خاوند بیوی دونوں کیلئے اس کا استعمال مفید ہے۔

دیگر۔ مومیائی اصلی تین تولہ۔ گوند ببول ایک تولہ۔ مصری چار تولہ۔ پہلی دو دواؤں کو تھوڑے سے عرق گلاب میں خوب حل کریں۔ بعد کو مصری ملا کر دوبارہ حل کر کے گولی بقدر نخود تیار کریں۔

مباشرت سے فارغ ہونے کے بعد ایک سے دو گولی تک نیم گرم دُودھ کے ہمراہ استعمال کریں۔ اور چند ہی منٹ کے اندر اندر اس کا جادُو کا سا اثر دیکھ لیں ۰

کُشتہ فولاد ایک رتی۔ کُشتہ قلعی ۲ رتی۔ کشتہ چاندی ایک رتی۔ کُشتہ سونا نیم رتی۔ ان میں سے جو مل جاوے، دُودھ کے ساتھ کھاویں تو اکسیر ہے ۰

صحبت کے بعد اگر دُودھ مصری مل جاوے تو اَور کیا چاہیئے۔ تمام کمزوری، کاہلی اور طبیعت کی اُداسی کا پھیکا پن دُور ہو جاتا ہے۔ ورزش کے بعد اور مجامعت کے بعد جو فائدہ دُودھ کرتا ہے، شاید کسی اور طریقہ سے نہیں کرتا۔ دُودھ کے ساتھ اگر چاول بھر شلاجیت یا صاف کی ہوئی مومیائی بھی کھالی جائے تو اکسیر کا کام دیتی ہے اور طاقت کو بھی زائل نہیں ہونے دیتی۔ اگر کوئی میٹھی چیز مثلاً برفی، پیڑا، جلیبی کھاکر اُوپر سے دُودھ پیا جاوے تو اَور بھی مفید ہے ۰

بعد فراغت اگر دُودھ میسر نہ بھی ہو سکے تو بھی میٹھی اور لذیذ شے چاہے کچھ ہو ضرور کھانی چاہیئے۔ ان کے کھانے کا بہت ہی فائدہ لکھا ہے۔ دِل کو فرحت ہوتی ہے۔ کاہلی اور سستی بھی جاتی رہتی ہے۔ اور کمزوری بھی کچھ مدّت تک کم ہوتی ہے ۰

جماع کے بعد فوراً سرد ہوا میں آجانا تو مُضر ہے مگر جب جوش و حرارت جاتی رہے، اُس وقت کُھلی ہوا جو غضب کا اثر طبیعت پر کرتی ہے وہ محسوس کرنے سے ہی تعلق رکھتا ہے۔ اگر سوئیں بھی تو کُھلی ہوا کا ضرور خیال رکھیں ۰

مانس رس یعنی گوشت کا شوربا بھی بعد جماع قائمی طاقت کا باعث ہوتا ہے جن کے مذہبی اصول اس کی ممانعت کرتے ہیں، اُن کو اس کے استعمال کی ضرورت نہیں ۰

مجامعت کے بعد طبیعت آرام چاہتی ہے۔ اس لئے مندرجہ بالا اشیاء میں سے جو کچھ میسر ہو، کھاپی کر سو جانا چاہیئے۔ دِن کو مجامعت اس واسطے بھی منع ہے کہ دِن میں بعد فراغت سونے اور آرام کرنے کا بہت کم وقفہ ملتا ہے ۰

ساتواں باب

طریقِ پیدائشِ اولاد یا قرارِ حمل

دُنیا میں ہم دیکھتے ہیں کہ ہوشیار اور سمجھدار کسان کھیت ملتے ہی اُس میں بیج نہیں بو دیتا۔ وہ کھیت کی جانچ کرتا ہے کہ بیج بونے لائق ہے یا نہیں۔ اگر دیکھتا ہے کہ کھیت میں کسی قسم کی کمی ہے تو کھاد وغیرہ سے اُس کمی کو پُورا کرتا ہے۔ پھر زمین کو اچھی طرح جوت کر بونے کے قابل بناتا ہے۔ اس کے ساتھ ہی ساتھ وُہ اچھے سے اچھا بیج جمع کرنے کی کوشش بھی کرتا ہے۔ تاں بعد وہ مناسب وقت کی انتظار کرتا ہے۔ جب بارش ہوتی ہے اور اسے معلوم ہوتا ہے کہ بیج بونے کا موزوں وقت آگیا، تب وہ پھر ایک بار اپنے تمام ذرائع پر نظر ڈالتا ہے۔ جب اُسے یقین ہو جاتا ہے کہ بیج بونے سے محنت ضائع نہیں ہوگی، تب وہ ٹھیک قاعدہ سے بیج بوتا ہے۔ کہنے کی ضرورت نہیں کہ ایسا ہی کسان اپنے کھیتوں کو ایک دن سرسبز دیکھتا ہے +

پیدائش اولاد کے سلسلے میں بھی یہی ہونا چاہیئے۔ مرد کو کسان اور عورت کو کھیت سمجھ لیجئے۔ شادی کے بعد مرد کو معلوم کرنا چاہیئے کہ عورت قرارِ حمل کے قابل ہے یا نہیں۔ اگر اُس میں کوئی نقص دکھائی دے تو مناسب طریق سے اُس نقص کو دُور کرنا چاہیئے۔ اس کے علاوہ اُسے اپنی جسمانی حالت پر بھی غور کر لینا چاہیئے۔ اگر اپنی صحت خراب ہو، منی پتلی ہو، کم ہو یا کوئی دُوسرا نقص ہو تو اُس کا علاج کر لینا چاہیئے +

اچھی منی کی پہچان

مرد کی منی نہ بہت گاڑھی اور نہ پانی جیسی پتلی ہونی چاہیئے۔ اچھی منی کا رنگ دُودھیا سفید ہوتا ہے اور خارج ہوتے وقت یہ اُچھل اُچھل کر نہایت لذت سے نکلا کرتی ہے۔ تازہ منی کو محدب بین سے دیکھا

جائے تو اُس میں بڑی تیزی سے دوڑتے پھرتے ننھّے سے کیڑے نظر آتے ہیں۔ یہی کرم اولاد پیدا کرنے کا ذریعہ ہیں۔ ان کی لمبائی ۱/۵۰۰ انچ کے قریب ہوتی ہے۔ انزال کے بعد یہ کرم عورت کے انڈے کی تلاش میں بڑھتے چلے جاتے ہیں۔ اِن کروڑوں کیڑوں میں سے اگر کوئی ایک خوش قسمت کیڑا انڈے میں داخل ہو پاتا ہے تو حمل قرار پاتا ہے۔ کمزور مرد یا جس کی منی پتلی ہو، اُس کے کرموں کی رفتار بہت سست ہوتی ہے۔ کئی مردوں کی منی میں یہ کرم ہوتے ہی نہیں ❊

بانجھ عورت کی پہچان

اسی طرح کئی عورتیں پیدائش سے بانجھ ہوتی ہیں۔ اس کا پتہ لگانے کا طریقہ یہ ہے کہ :-

۱۔ گیہوں یا جَو کے سات دانے زمین کو کھود کر یا گملے میں بو کر عورت کو کہیں کہ روز اُس میں پیشاب کرتی رہے۔ اگر چند روز بعد دانے اُگ آئیں تو عورت بانجھ نہیں ہے۔

۲۔ عورت شام کے چار بجے تک بھوکی رہے۔ پھر خوب بھوک لگنے پر ایک سفید کپڑا گائے کے خالص کچے دودھ میں (جس میں پانی بالکل نہ ملایا گیا ہو) بھگو کر اندامِ نہانی میں رکھے۔ اگر دودھ کی بو مُنہ سے آنے لگے تو عورت بانجھ نہیں ہے ❊

اچھّی اور قابل اولاد پیدا ہونے کے اوقات

جس دِن خونِ حیض ظاہر ہو، اُس رات سے لے کر زیادہ سے زیادہ سولہ راتوں تک عورت کے رحم میں حمل اختیار کرنے کی طاقت قائم رہتی ہے۔ ان میں سے پہلی چار راتوں تک تو عموماً کم و بیش ماہواری خون کا اخراج جاری رہتا ہے۔ اس لئے وہ ہمبستری کے لئے قطعاً ممنوع ہیں۔ باقی بارہ راتوں میں سے گیارھویں اور تیرھویں رات قابلِ ترک ہیں، کیونکہ اِن راتوں میں عورت کی منی کی حرارت مرد کی منی کی حرارت کے تقریباً برابر ہوتی ہے۔ اس لئے ہیجڑہ اولاد پیدا ہونے کا اندیشہ رہتا ہے۔ باقی دس راتیں ہمبستری کے لئے موزوں و مناسب

مانی گئی ہیں۔ چھٹی، آٹھویں، دسویں، بارھویں، چودھویں اور سولھویں رات کو عورت کی منی نسبتاً کمزور ہوتی ہے، اس لئے اِن میں سے کسی رات کو صحبت کرنے سے لڑکا پیدا ہونے کا امکان قوی تر ہوتا ہے۔ اور اس کے خلاف پانچویں، ساتویں، نویں اور پندرھویں رات کو چونکہ عورت کی منی میں جوش و حرارت تیز ہوتی ہے، اِس لئے اِن راتوں میں مباشرت کرنے سے اکثر لڑکی پیدا ہوتی ہے۔

کئی فلاسفروں نے جماع کے لئے دن بھی مقرر کر دئے ہیں۔ اُنہوں نے لکھا ہے۔ ہفتہ میں صرف تین دن ہی مباشرت کے لئے افضل ہیں۔ سوموار، ویروار اور شکروار۔ اِن دنوں میں مباشرت کرنے سے حمل قرار پانے جو اولاد پیدا ہوگی، نیک سیرت، عالم باعمل، خوبصورت اور تندرست و توانا اور والدین کے لئے اچھی ہوگی۔ اور باقی دنوں میں جو اولاد پیدا ہوگی، وہ اس کے برعکس فطرت والی ہوگی۔

آپ کہیں گے، یہ کیسے؟ میں سمجھتا ہوں۔ آپ دیکھتے ہی ہیں کہ سُورج، چاند، ستاروں کی گردش کی وجہ سے کبھی سرد اور کبھی گرم موسم ہوتا ہے۔ بعض ایسی بُوٹیاں ہیں جو صرف چاند کی روشنی میں پھلتی پھولتی ہیں اور سُورج نکلنے پر مرجھا کر بیٹھ جاتی ہیں۔ بعض ایسے پھُول ہیں جو سُورج کی روشنی میں کِھل کر راحت پاتے ہیں اور سُورج غروب ہونے پر اُن کی راحت بھی غروب ہو جاتی ہے۔ اسی طرح ہمارے جسم پر بھی سُورج، چاند، ستاروں کا برابر اثر پڑتا رہتا ہے۔ لہٰذا دِنوں کا بھی اثر ماننا پڑے گا۔

سوم وار۔ سوم کا مالک چندرماں ہے اور وزیر مشتری ہے۔ اس لئے سوم کی رات کو بیوی سے ملنے پر جو حمل قرار پاتا ہے، اُس سے خوبصورت، تندرُست، نیکدل، بہادر، عقلمند، ذہین اور اپنے ماں باپ کا نام زندہ رکھنے والی اولاد

پیدا ہوگی ؛

منگل وار۔ منگل کا مالک مریخ ہے اور وزیر زُہرہ ہے۔اس لئے منگل کی رات ممنوع قرار دی گئی ہے ؛

بُدھ وار۔ بُدھ کا مالک عطارد اور وزیر زہرہ ہے۔اس رات جماع کرنا تو دُور رہا، جماع کا ذِکر تک نہیں کرنا چاہیئے ؛

وِیروار۔ وِیر کا مالک مشتری اور وزیر سُورج ہے۔اس رات جماع کرنے سے جو حمل قرار پائے گا، اُس سے پیدا ہونے والی اولاد والدین کو راحت دینے والی، بہادر، عقلمند، تندرست و توانا، ہر میدان میں فضیلت حاصل کرنے والی اور ہر نیک کام میں دلچسپی لینے والی ہوتی ہے ؛

شُکروار۔ شُکر کا مالک زہرہ اور وزیر چندرماں ہے۔عالموں نے اِس دن کو بہت ہی اعلےٰ اور افضل بتلایا ہے۔اس رات حمل قرار پانے سے جو اولاد پیدا ہوتی ہے، وُہ عالم و فاضل، نیک اور پاکیزہ زندگی بسر کرنے والی، فقیروں اور مہاتماؤں کی طرح ہر ایک ذی رُوح کا بھلا سوچنے والی ہوتی ہے ؛

سنیچروار اور اتوار کے دن جماع سے پیداشدہ اولاد منحوس خیال کیجاتی ہے ؛

اہلِ امریکہ کی جدید تحقیقات کا نچوڑ

اہلِ امریکہ نے پیدائشی رپورٹ کے گذشتہ کئی سال کے ریکارڈ کا مطالعہ کر کے یہ نتیجہ اخذ کیا ہے کہ بڑے بڑے عقلمند، باکمال، قابل اور بااثر لوگ جنوری سے جون تک یعنی سال کی پہلی ششماہی میں پیدا ہوئے ہیں۔اُنہوں نے سال کو دو ششماہیوں پر تقسیم کیا۔جن کی تفصیل سے پتہ لگا۔کہ لائق افراد کی پیدائش جنوری سے جون تک زائد ہوتی ہے۔جیسا کہ ذیل کے اعداد سے عیاں ہے :۔

مشغلہ	ششماہی اوّل	ششماہی دوم	مشغلہ	ششماہی اوّل	ششماہی دوم
شاعر	۲۵	۱۵	مدبر	۲۵	۲۰
واعظ	۲۷	۲۵	ماہر علم موسیقی	۸	۴
سائنسدان	۳۰	۲۴	مصوّر	۸	۶
فلاسفر	۲۵	۱۵	مؤرخ و ایڈیٹر	۲۶	۲۵
ماہر جنگ	۲۲	۱۴			

اولاد کی خواہش رکھنے والے جوڑے کو کیا کرنا چاہیئے؟

اس کے جواب میں دو تین سنسکرت کے شلوکوں کا ترجمہ کیا جاتا ہے :-

"مرد شام کے وقت جسم پر گھی کی مالش کر کے خوشبودار پانی (پانی میں کیسر، دارچینی وغیرہ خوشبودار اشیاء ڈال کر، اُبال کر ٹھنڈا کیا جاوے۔ یہ خوشبودار پانی ہے۔ اگر ایسا نہ کر سکیں تو معمولی پانی ہی سہی) سے غسل کر کے دودھ، چاول وگھی وغیرہ نرم، زود ہضم و طاقتور چیزیں کھاویں۔ اور عورت شام کو اپنے جسم پر خوشبودار تیل کی مالش کر کے غسل کرے اور تل اور ارڈ کی قسم کی اشیاء کھائے۔"

"وہ دونوں مرد و عورت جن میں کسی قسم کی مرض نہیں ہے، جو ایک دوسرے میں محبت اور پیار رکھتے ہیں اور ایک دوسرے کو دیکھ کر ہی باغ باغ ہو جاتے ہیں اور جن کے جسم سے خوشبو آ رہی ہو، جنہوں نے عطر، پھلیل وغیرہ لگایا ہے، جن کے دِل خوش ہیں، جنہوں نے طاقت بڑھانے والی ادویہ و گھی وغیرہ کا استعمال کیا ہو، جو پھولوں کی مالا (ہار) ڈالے ہوئے ہوں، جو پان چبا رہے ہوں، جھاڑ، فانوس، کھلونے، تصویریں، پھولوں وغیرہ سے سجے ہوئے اور خوشبودار کئے ہوئے دِل خوش کرے ہیں ایسی چارپائی پر جو ٹوٹی ہوئی نہ ہو اور نہ ہی جس

کے ٹوٹنے کا خطرہ ہو، جس میں کھٹمل، پسّو وغیرہ نہ ہوں، جس پر بیٹھنے سے طبیعت خوش ہو، جس پر عمدہ سیج بچھی ہوئی ہو، جو اچھی طرح سے کسی ہوئی ہو، ایسی چارپائی پر جاویں۔ مرد اپنا دایاں پاؤں پہلے رکھے اور عورت بایاں پاؤں پہلے چارپائی پر رکھے اور ہنسی خوشی میں مشغول ہوں۔"

یہ صرف سنسکرت کے شلوکوں کا ترجمہ میں نے لکھ دیا ہے۔ اور یہ کافی معلوم ہوتا ہے ؛

حمل ٹھہرانے کے شرطیہ اور کامیاب نسخے

(۱) زعفران خالص کشمیری ایک ماشہ۔ افیون خالص ایک ماشہ۔ کستوری خالص نیپالی دو رتی۔ سپاری تین عدد۔ لونگ چار عدد۔ روغن قنب دو ماشہ۔

سب ادویہ کو کوٹ چھان کر روغن قنب میں چرب کر کے اور قند سیاہ میں گوندھ کر جنگلی بیر کے برابر گولیاں بنائیں۔

صاف ہونے یعنی طہارت کے بعد تین روز تک نصف گولی سے ایک گولی تک روزانہ کھلائیں۔ اور ملاپ کریں۔ اگر حیض یا رحم میں کچھ نقص نہیں اور مرد کی منی قابل اولاد ہے، تو کوئی وجہ نہیں کہ حمل قرار نہ پائے!

یہ گولیاں سرد مزاج عورتوں کے بہت موافق آتی ہیں ؛

(۲) شونگی کے بیج ایک تولہ۔ کونچکی کے بیج ایک تولہ۔ بداری قند ایک تولہ۔ بُرادہ اج ایک تولہ۔ زعفران قسم اعلےٰ نصف تولہ۔ افیون مصفٰی ڈیڑھ ماشہ۔

تمام ادویات کو پیس کر پانی کے ذریعہ نخود کے برابر گولیاں بنائیں۔

حیض آنے کے بعد ہر روز بوقت صبح دودھ میں گھی اور جلیبی ڈال کر کھلایا کریں اور ایک گولی صبح اور ایک گولی شام دودھ کے ہمراہ دیا کریں۔ اسی طرح

سات روز تک استعمال کریں اور سات روز ہی ہمبستر ہوں۔ اُمید قوی ہے کہ پہلی مرتبہ ہی مُراد بر آئے گی۔ ورنہ دُوسرے مہینہ ضرور کام بن جائے گا ؛

(۳) اکثر عورتوں کو سیلان الرحم، حیض کی کمی یا حیض کی زیادتی کی وجہ سے ہی اُولاد نہیں ہُوا کرتی۔ ایسی عورت کی مذکورہ بالا شکایات دُور کرنے کے بعد حسب ذیل نسخہ استعمال کرائیں۔ ضرور اُمید بر آئے گی :-

داڑھی درخت پیپل ۲۰ تولہ۔ شکر سُرخ ۲۰ تولہ۔ دونوں کو باریک کُوٹ پیس کر سفوف تیار کریں۔ جس روز حیض شروع ہو، اُسی دن سے یہ سفوف ایک تولہ مرد اور ایک تولہ عورت صبح و شام گرم دُودھ سے استعمال کریں اور گیارھویں روز ملیں ؛

(۴) جن عورتوں کو اندرُونی خرابیوں کی وجہ سے حمل قرار نہیں پاتا، اُن کے لئے یہ دوا نہایت مُفید ثابت ہوئی ہے۔ اِس کی بدولت سینکڑوں مایُوس گھرانے اولاد کی نعمت سے مالامال ہو چکے ہیں :-

مُشک اصلی دو رتی۔ افیون ایک رتی۔ جائفل ایک عدد۔ زعفران ایک ماشہ بھنگ ڈیڑھ ماشہ۔ چھالیا ۳ عدد۔ لونگ ۴ عدد۔ پُرانا گُڑ ۵ ماشہ۔

جُملہ اِدویہ کو کُوٹ چھان کر جنگلی بیر کے برابر گولیاں تیار کریں۔ اگر گُڑ کی کمی سے گولیاں نہ بن سکیں تو بقدر ضرورت گُڑ زیادہ شامل کر سکتے ہیں۔

حیض سے فارغ ہو کر غسل کرنے کے بعد روزانہ ایک گولی صبح اور ایک گولی شام تازہ پانی سے استعمال کرائیں۔ پانچ روز استعمال کرانے کے بعد ترک کرا دیں اور ملاپ کریں۔ اِس طرح دُوسرے اور تیسرے مہینے عمل کریں۔ حمل قائم ہو گا ؛

تحقیق حمل

حمل کی پہچان جماع کے فوراً بعد حمل ٹھہر جانے کی علامات واگ بھٹ نے اس طرح لکھی ہیں :-

"صحبت کے بعد ہی جماع سے دل بھر جاتا ہے۔ تھکاوٹ سی محسوس ہوتی ہے۔ رحم میں تھرتھراہٹ پیدا ہو جاتی ہے۔ پیاس لگتی ہے۔ چھاتی پھڑکنے لگتی ہے۔ جی متلانے لگتا ہے۔ رونگٹے کھڑے ہو جاتے ہیں۔ یہ علامات حمل ٹھہرنے کی ہیں۔"

دوسرے مہینے حاملہ کو حیض نہیں آتا۔ چھاتیاں سخت ہونے لگتی ہیں یتھنوں کا مُنہ کالا ہونے لگتا ہے ۔مُنہ میں تھوک زیادہ آتی ہے۔ جی متلا کرنے ہونے لگتی ہے۔ کئی عورتوں کو قے نہیں بھی ہوتی۔ لیکن قے ہونا اچھی علامت مانی گئی ہے۔ جن عورتوں کو متلی ہو لیکن قے نہ ہو، عموماً اُن کا حمل گر جاتا ہے۔ دوسرے لفظوں میں یوں کہا جا سکتا ہے کہ جی متلانے کے بعد جس عورت کو قے ہو جاتی ہے، اُسے اسقاطِ حمل کا ڈر نہیں رہتا ؛

حمل کے دوسرے مہینے سے تھنوں میں دودھ بننے لگتا ہے۔ پہلی بار کی حاملہ کے تھنوں کے اگلے حصّے کو دبانے سے اگر سفید پانی سا نکلے تو اُسے یقیناً حمل ٹھہر گیا ہے ؛

جب اس بات میں شُبہ ہو کہ عورت کو حمل ہے یا نہیں تو شہد خالص سات ماشہ پانی میں حل کر کے عورت کو نہار مُنہ پلا دیں۔ اگر اس کے پینے سے عورت کے پیٹ میں مروڑ پیدا ہو تو سمجھو حمل ہے، ورنہ نہیں ہے ؛

حمل کا قد کیسے بڑھتا ہے؟ پہلے مہینے کے آخر میں حمل کی لمبائی

۱/۴ انچ کے قریب ہوتی ہے اور وزن ڈیڑھ ماشہ تک سر اور پیر کی شکل بننے لگتی ہے۔ اُس وقت اِسے دیکھ کر کوئی تمیز نہیں کرسکتا کہ اِنسان کے بچّے کا بیج ہے۔



دو ہفتہ سے ۱۵ ہفتہ تک کے حمل کا اصلی قد

دوسرے مہینے کے آخیر میں

حمل کی لمبائی ڈیڑھ اِنچ کے قریب ہوتی ہے اور وزن ۵ ماشہ تک۔ اِسے دیکھ کر یہ کہا جاسکتا ہے کہ یہ انسان کے بچّے کا بیج ہے۔ ہاتھ پیر وغیرہ صاف دکھائی دینے لگتے ہیں ؛

تیسرے مہینے کے آخیر میں



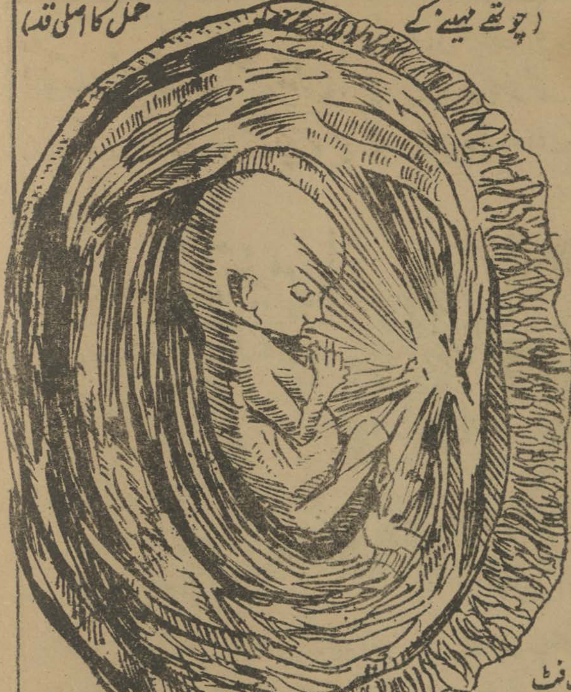
حمل کی لمبائی پونے تین اِنچ کے قریب ہوتی ہے اور وزن اڑھائی چھٹانک تک۔ ہاتھ پاؤں کی اُنگلیاں بن جاتی ہیں۔ اور اُن پر ناخن دکھائی دینے لگتے ہیں۔ چھاتی اور پیٹ میں فرق نظر آنے لگتا ہے۔ پھیپھڑے بھی بننے شروع ہو جاتے ہیں ؛

چوتھے مہینے کے آخیر میں

بچّہ کی لمبائی چھ اِنچ کے قریب ہوتی ہے۔ نر اور مادہ کی پہچان ہوسکتی ہے۔ سر پر بال پیدا ہونے لگتے ہیں۔ ہاتھوں اور پاؤں میں کچھ حرکت ہونے لگتی ہے ؛

پانچویں مہینے کے آخیر میں

سارے جسم پر روئیں سے پیدا ہو جاتے ہیں۔ بچّہ کی کھال لال رنگ کی ہو جاتی ہے۔ اور اُس پر بہت جھریاں ہونے کے باعث بچّہ سُوکھا ہوا سا معلوم پڑتا ہے۔ دھڑ کی نسبت سر بہت بڑا دکھائی دیتا ہے۔ ہاتھوں کی نسبت پاؤں لمبے ہو گئے ہیں۔



(چوتھے مہینے کے حمل کا اصلی قد)

بچّہ اب اچھی طرح حرکت کرتا ہے۔ جو حاملہ کو صاف طور سے معلوم ہوتی ہے لمبائی ۱۰ انچ اور وزن ایک پونڈ کے قریب ہو جاتا ہے۔

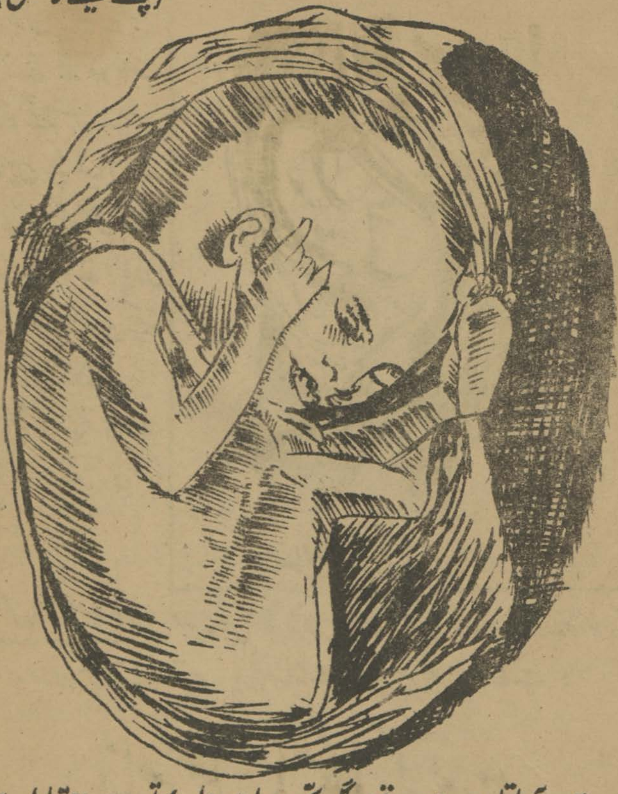
چھٹے مہینے کے آخر میں

سر سے ایڑی تک بچّہ کی لمبائی تقریباً ایک فٹ اور وزن دو پونڈ (ایک سیر) ہوتا ہے۔ اُوپر کی کھال میں جھُریاں پڑنے لگتی ہیں۔ آنکھوں کی پلکیں اور بھویں بننے لگتی ہیں۔ سر کے بالوں میں رنگ آنے لگتا ہے۔ پلکیں ابھی جُڑی ہی رہتی ہیں۔ اگر اِس مہینے میں بچّہ پیدا ہو جائے تو وُہ کچھ دیر سانس لے کر مر جائے گا۔

ساتویں مہینے کے آخر میں

بچّہ کی لمبائی ۱۴ انچ اور وزن ڈیڑھ سیر کے قریب ہوتا ہے پلکیں کھُل جاتی ہیں سر پر بال خوب نکل آتے ہیں۔ اِس مہینہ میں بچّہ رحم میں اُلٹ جاتا ہے اور باہر نکلنے کے

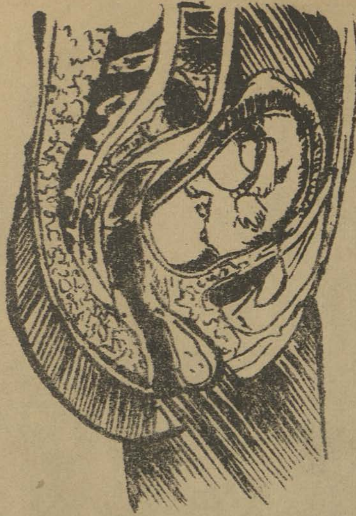
(چھٹے مہینے کا حمل)



راستہ پر آجاتا ہے۔ اِس وقت اگر بچہ پیدا ہو جائے تو بہت احتیاط سے پرورش کرنے پر بھی نہیں جی سکتا ؂

آٹھویں مہینے کے آخر میں

بچّہ کی لمبائی ۱۶-۱۷ انچ اور وزن ۴ سے ۴½ پونڈ تک ہوتا ہے۔ ناخن انگلیوں کے سروں تک پہنچ جاتے ہیں۔ کھال کا لال رنگ بدل کر مانس جیسا ہونے لگتا



(ساتویں مہینے کا حمل)

ہے۔ بدن پر جو روئیں نکل آئے تھے وہ غائب ہونے لگتے ہیں۔ اس مہینے میں بچہ لمبائی اور موٹائی میں یکساں بڑھتا ہے۔ پسلی، ہاتھ، پاؤں پورے طور سے بن چکتے ہیں۔ اس مہینے میں پیدا ہوا بچہ ہوشیاری سے پرورش کرنے پر جی سکتا ہے۔

نواں مہینہ

نویں مہینہ میں بچہ ہر طرح سے تیار ہو کر عام طور سے ۲۰ انچ لمبا اور وزن میں قریب قریب پانچ ساڑھے پانچ سیر کا ہو جاتا ہے۔

ایّامِ حمل کی کالی کرتوت

حمل کے دوران ناسمجھ میاں بیوی مباشرت کے مرتکب ہوتے رہتے ہیں۔ یہ فعل نہایت معیوب اور خطرناک ہے۔ اس سے اسقاطِ حمل کا زبردست اندیشہ رہتا ہے اور اسقاطِ حمل عورت کی زندگی کے لئے سخت خطرناک ہے! ایک صاحب نے جو فوج میں صوبیدار تھے۔ مجھ سے فرمایا کہ اُن کے

والدین نے کبھی اُن کو اِس اہم مضمون کے متعلق کوئی ہدایت اور نصیحت نہیں کی۔ وُہ ایسے جاہل تھے کہ بیوی کے ایامِ حمل میں بھی اُس سے مباشرت کرتے رہے جس کا نتیجہ تھا کہ اُن کی بیوی کو سات مرتبہ اسقاطِ حمل ہوُا۔ آخری مرتبہ ایک لیڈی ڈاکٹر بلائی گئی، جنہوں نے اُن کو مشورہ دیا کہ وہ سات آٹھ ماہ کے لئے جنوبی ہند چلے جائیں اور اُس وقت گھر لوٹیں جب اُن کے گھر بچہ پیدا ہو جائے۔ اُنہوں نے اُس کے مشورہ پر عمل کیا اور اُن کے گھر بخیریت بچہ ہوُا۔

چند سال ہوئے میرے دو نوجوان دوستوں کی بیویاں اِسی مرض کا شکار ہو گئیں جو حمل کے دوران مباشرت کرنے سے لاحق ہوتی ہیں۔ اُن کے گھروں میں لیڈی ڈاکٹر بلائی گئیں جنہوں نے آتے ہی لڑکے کے والدین کو مشورہ دیا کہ لڑکی اپنے والدین کے گھر بھیج دی جائے۔ چنانچہ خدا خدا کر کے لڑکی کی جان بچی!

برلن سے ڈاکٹر مارل ریگ نے ۱۰۴۰ اعلیٰ اور درمیانے طبقے کے گھرانوں کی تحقیقات کی ہے جنہوں نے ایک بڑے بھاری زچہ خانے میں بچے جنے ہیں۔ اور اپنی تحقیقات کی رپورٹ ایک مستند طبی رسالے میں شائع کرائی ہے جس کا خلاصہ حسب ذیل ہے:۔

۱۰۴۰ عورتوں میں سے کسی نے بھی ایامِ حمل میں بالکل پرہیزگاری نہیں رکھی۔ ۸۲۳ (۸۰ فیصدی) عورتوں نے بچے جننے سے آخری دو ماہ میں مباشرت کی تھی۔ ۵۳ فیصدی نے آخری چار ہفتہ میں اور ۲۱ فیصدی نے آخری ہفتہ میں اور بچہ جننے کے دن ۳۹ (۹ فیصدی) نے۔ چالیس فیصدی عورتوں نے ہفتہ میں دو بار یا اس سے زیادہ مرتبہ مباشرت کا اقرار کیا۔ ۴۲ فیصدی نے تین یا اس سے زیادہ۔ اور ۴۳ عورتوں کا اقرار اِس لحاظ سے تعجب خیز تھا کہ مباشرت روزانہ نہ تھی۔ اور ۶ نے اس بات کا اقرار کیا کہ مباشرت دن میں کئی

مرتبہ تھی۔ ڈاکٹر ریگ اس بات کے ثابت کرنے میں کامیاب ہوئے ہیں کہ ایام حمل کے آخری تین ماہ میں مباشرت سے بچے اور ماں کو زیادہ نقصان ہوتا ہے۔ مثلاً جھول کا بے موقعہ ٹوٹنا، قبل از وقت اور بدشکل بچہ پیدا ہونا۔ اور سر کاٹ کر بچے کے پیدا کرنے کی ضرورت لاحق ہوئی، ورنہ ماں کی زندگی خطرے میں ہوتی۔ بچے کی پیدائش کے تین روز قبل ۷۲ مباشرت کرنے والی عورتوں میں سے ۱۵ عدد تین سخت بخار میں کئی ہفتے تک مبتلا رہیں۔ اور بعض اسی وجہ سے موت کا شکار ہوئیں۔ ایام حمل میں مباشرت کی مدت مقرر کرنے کے لئے کوئی سخت پابندی مقرر نہیں کی جاسکتی۔ لیکن یہ بات آدمی کی عادات، مزاج، جسم، موسم پر مبنی ہے۔ اور ان سب سے بڑھ کر عقل ایسے نازک اور ضروری معاملات میں ایک بہتر رہبر ہے بعض اصحاب کی رائے میں تندرست آدمی اور عورت کو ایام حمل کے پہلے پانچ ماہ میں ہر ماہ تمام مطالب کے لئے دو مرتبہ مباشرت بشرطیکہ دونوں کی مرضی ہو، صرف اس حالت میں بے خطر ہے، بشرطیکہ رحم پر کوئی ضروری بوجھ نہ پڑے مگر قطعی پرہیز سب سے اچھی بات ہے ٭

اسقاط حمل کا چالیس سال کا آزمودہ نسخہ

صندل سُرخ۔ صندل سفید۔ برگ نیم۔ برگ حنا۔ برگ ملٹھی مجیٹھ۔ کچھد۔ ہرمچی۔ گیرد۔ سب برابر وزن لے کر سفوف تیار کریں ٭

خوراک — ایک رتی سے دو رتی تک پانی کے ساتھ بوقت صبح دیتے رہیں ٭

اگر عورت ایام حمل میں اس کا استعمال جاری رکھے تو اسقاط حمل کے خطرہ سے محفوظ رہے گی۔ نیز اسی فیصدی اولاد نرینہ پیدا ہو گی ؛

مرض اٹھرا کا مشہور و مجرّب نسخہ

یہ نسخہ ایک بار نہیں بلکہ سینکڑوں بار تجربہ میں آچکا ہے۔ جن عورتوں کو بار بار اسقاطِ حمل ہو چکا ہو یا بچے پیدا ہو کر ڈبّہ وغیرہ میں مبتلا ہو کر مر جاتے ہوں یا جن کے ہاں بچے کمزور پیدا ہوتے ہوں، اُن کے لئے ایام حمل میں یہ گولیاں استعمال کرائیں۔ ان کے استعمال سے اٹھرا دُور ہو کر عموماً لڑکا ہی پیدا ہوتا ہے ۔۔ صحیح وسلامت، موٹا تازہ اور خوبصورت!

نسخہ:۔ مُشک ایک ماشہ۔ مروارید ایک ماشہ۔ طباشیر تین ماشہ۔ زعفران چار ماشہ۔ گلاب کے پھول کا زیرہ چار ماشہ۔ زیرہ سفید چار ماشہ۔ برگ تلسی دو تولہ۔ جاوتری دو تولہ۔ برگ سہدیوی چار تولہ۔ تخم دھنتر گیا ۵ عدد۔

جُملہ ادویہ کو باریک کر کے پانی کی مدد سے گولی بقدر نخود و بقدر دانہ مشور بنائیں۔

جب حمل کا شک ہو تو فوراً بڑی گولی صبح، دوپہر، شام ہمراہ آب تازہ دیں۔ بیس روز کے بعد صبح شام ہی دیں۔ ۴۰ یوم صبح شام استعمال کرنے کے بعد تا مدّت حمل صرف ایک گولی صبح استعمال کرائیں۔

جب بچہ پیدا ہو تو چھوٹی گولی بچہ کو استعمال کرائیں ؛

حسبِ خواہش لڑکا یا لڑکی پیدا کرنے کی ترکیب

سچ بات تو یہ ہے کہ انسان کے دل میں لڑکا یا لڑکی پیدا کرنے کا سوال ہی نہ اُٹھنا چاہیئے۔ جب لڑکا اور لڑکی دونوں یکساں طور پر مفید ہیں تو صرف لڑکا یا لڑکی ہی پیدا کرنے کے لئے کسی کو کیوں خواہشمند ہونا چاہیئے۔ بیٹا اگر دایاں ہاتھ ہے تو لڑکی بایاں ہاتھ ہے۔ اپنے اپنے وقت پر دونوں کی ضرورت پڑتی ہے۔ دونوں ایک ہی گاڑی کے پہیئے ہیں۔ بغیر دونوں کے یہ سنسار کی گاڑی چل ہی نہیں سکتی۔ اس لئے جہاں تک ہو، کبھی بھی ایسا خیال نہ کرنا چاہیئے کہ میرے صرف لڑکے ہی لڑکے یا لڑکیاں ہی لڑکیاں پیدا ہوں۔ باغیچہ کی رونق ایک ہی قسم کے پھولوں سے نہیں بڑھتی۔ گھر کی رونق تبھی بڑھتی ہے جب کچھ لڑکے اور لڑکیاں ہوں۔ لیکن اگر کسی کے ہاں اتفاق سے صرف لڑکیاں ہی لڑکیاں پیدا ہوتی ہوں تو وہ لڑکے کی خواہش ضرور کر سکتا ہے۔ اسی طرح اگر کسی کے ہاں لڑکے ہی لڑکے پیدا ہوتے ہوں اور اُسے لڑکی کی خواہش ہو تو وہ خواہش ناواجب نہیں کہی جا سکتی۔

مغربی سائنسدان کیا کہتے ہیں؟

(۱) مانتھیوری کی رائے ہے کہ لڑکا یا لڑکی کا پیدا ہونا عورت کے رَج کے کمزور یا طاقتور ہونے پر منحصر ہے۔ ماہواری حیض کے بعد جوں جوں وقت گذرتا جاتا ہے توں توں یہ رَج پکتا جاتا ہے۔ لہٰذا اگر حیض بند ہونے پر دو ہی چار دن کے اندر حمل ٹھہرتا ہے تو لڑکی اور سات آٹھ دن کے بعد

حمل ہوتا ہے تو لڑکا پیدا ہوتا ہے ؛
(۲) میئر کی رائے ہے کہ حیض کے بعد کچھ دنوں تک عورت کا رَج بہت طاقتور ہوتا ہے۔ لہٰذا اُس وقت حمل قرار پاتے سے لڑکی پیدا ہوتی ہے۔ مگر دسویں دن کے بعد جب عورت کا رَج کمزور ہو جاتا ہے تب حمل ٹھہرنے سے لڑکا پیدا ہوتا ہے ؛
(۳) چارلس ڈاروِن کی رائے ہے کہ ہر ایک جنس اپنی جنس کی ترقّی کرتی ہے۔ عورت اور مرد دونوں میں سے جس کی عمر بڑی ہوتی ہے اُسی جنس کی اولاد پیدا ہوتی ہے ؛
(۴) جرمن ڈاکٹر ہافیکر کی رائے بھی چارلس ڈاروِن کی رائے سے ملتی جُلتی ہے۔ ماں یا باپ کی عمر بڑی ہونے پر اُنہیں کس طرح لڑکے یا لڑکیاں پیدا ہوتی ہیں، اِس کا اُنہوں نے حساب بھی رکھا ہے۔ اُن کا وہ حساب اِس طرح ہے :-

ماں سے باپ کی عمر چھوٹی ہونے پر ۱۰۰ لڑکیوں میں ۹۰ لڑکے
ماں باپ کی عمر برابر ہونے پر ۱۰۰ لڑکیوں میں ۹۱ لڑکے
باپ کی عمر ۱ سے ۶ سال بڑی ہونے پر ۱۰۰ لڑکیوں میں ۱۰۳ لڑکے
باپ کی عمر ۶ سے ۹ سال بڑی ہونے پر ۱۰۰ لڑکیوں میں ۱۲۵ لڑکے
باپ کی عمر ۹ سے ۱۲ سال بڑی ہونے پر ۱۰۰ لڑکیوں میں ۱۴۴ لڑکے
باپ کی عمر ۱۸ سال سے زیادہ بڑی ہونے پر ۱۰۰ لڑکیوں میں ۲۰۰ لڑکے

(۵) ہپوکریٹس کی رائے ہے کہ مرد کی منی زبردست ہونے سے لڑکا اور عورت کا رَج زبردست ہونے پر لڑکی پیدا ہوتی ہے ؛
(۶) ڈاکٹر لیوپولڈ کی رائے ہے کہ جن عورتوں کے پیشاب میں زیادہ شکر

جاتی ہے، وہ لڑکیوں کو جنم دیتی ہیں۔ اور جن کے پیشاب میں کم شکر جاتی ہے وہ لڑکا پیدا کرتی ہیں۔ کیونکہ شکر جانے سے عورت کا رج اچھی طرح نہیں پکتا۔ اور اس طرح کے کمزور رج سے لڑکیوں کا پیدا ہونا ممکن ہے۔ ان کی رائے ہے کہ عورت کا رج طاقتور ہونے پر لڑکا اور مرد کی منی زبردست ہونے پر لڑکی پیدا ہوتی ہے ؛

(۸) کتنے ہی سائنسدان کہتے ہیں کہ حمل کے تیسرے مہینے میں بچے کے اعضاء مخصوصہ تیار ہوتے ہیں۔ اُس وقت ماں اگر مردانہ اعضاء پر دھیان رکھتی ہے تو لڑکی پیدا ہوتی ہے ؛

(۹) کتنے ہی علماء کی رائے ہے کہ حیض بند ہونے پر عورت کی خواہش نفسانی بہت زبردست ہوتی ہے۔ اُس وقت حمل ٹھہرنے سے عورت کی خواہش زبردست ہونے کے باعث لڑکی پیدا ہوتی ہے لیکن آٹھ دس دن بعد یہ خواہش کم ہو جاتی ہے۔ اس لئے اس وقت حمل ہونے پر لڑکا پیدا ہوتا ہے ؛

(۱۰) ارسطوطل کی رائے ہے کہ مرد کے دائیں فوطہ سے نکلی ہوئی منی عورت کے دائیں ہی فوطہ سے نکلے ہوئے بیج سے ملتی ہے تو لڑکا پیدا ہوتا ہے۔ اس کے برعکس جب مرد کے بائیں فوطہ سے منی نکلتی ہے اور وہ عورت کے بائیں فوطہ سے ہی نکلے ہوئے بیج سے ملتی ہے تو لڑکی پیدا ہوتی ہے ؛

یہ سب مغربی علماء کی رائیں ہیں۔ ان میں سے ارسطوطل کی رائے زیادہ وزن دار مان کر ڈاکٹر پی۔ ایچ سکسنٹ ایم۔ ڈی نے اس کے متعلق بہت کھوج کی۔ ڈاکٹر مذکورہ اپنی کھوج اور تجربات کا ذکر کرتے ہوئے لکھتے ہیں :-

"عورت اور مرد کے دو دو فوطے ہوتے ہیں۔ اگر ان دونوں میں ایک ہی

سلہ فٹ نوٹ اگلے صفحہ پر دیکھیں۔

قسم کی چیز ہوتی ہے تو ان کے دو دو ہونے کا کیا سبب ؟ جب دونوں میں ایک ہی قسم کی چیز ہے تو ایک ہی سے کام چل سکتا تھا۔ دو دو فوطے علیحدہ علیحدہ بنانے کی ضرورت کیا تھی ؟ لہٰذا ان کے دو دو ہونے میں بھی کوئی راز ضرور ہونا چاہیئے اور ہے۔ میرے خیال میں اِن دونوں میں جُدا جُدا جنس، جُدا جُدا طاقت ہونی چاہیئے"۔

"میں نے اس کے متعلق تجربہ کرنے کے لئے ایک سوٗر لیا۔ اور اُس کا دایاں فوطہ کاٹ دیا۔ پھر میں نے اُسی نسل کی ایک مادہ خریدی۔ اور اُس دایاں فوطہ کٹے ہوئے سوٗر کو اُس مادہ کے ساتھ رکھا۔ دسمبر مہینے میں اُس سے ۸ بچے پیدا ہوئے جو سب کی سب مادہ تھیں ہا اس پر ہی مطمئن نہ ہو کر میں نے ان سے اور بچے لینے چاہے۔ پوری احتیاط اور نگرانی رکھی۔ اور مادہ سوٗر مذکور کو دوسرے سوٗروں کے میل سے بچایا۔ جولائی مہینے میں اس

(فٹ نوٹ صفحہ ۱۰۵) **مردانہ فوطہ**۔ یہ وہ عضو ہے جو سارے جسم سے منی کو اکٹھا کرتا ہے مباشرت کرنے پر اس کے ذریعے منی تیار ہوتی ہے۔ باہر سے اس کی شکل ایک لٹکتی ہوئی تھیلی کی طرح ہوتی ہے اس تھیلی کے اندر دو انڈے سے ہوتے ہیں۔ ایک تھیلی کے دائیں طرف اور دوسرا بائیں طرف لٹکا کرتا ہے پکی عمر میں یہ اڑھائی انچ لمبے ایک انچ چوڑے اور نصف انچ موٹے ہوتے ہیں۔
زنانہ فوطہ۔ عورت کے رحم کی دائیں طرف اور بائیں طرف ذرا سے فاصلے پر ایک ایک فوطہ ہوتا ہے۔ اِن فوطوں کی شکل بادام کی سی ہوتی ہے ان دونوں کے اندر بیشمار انڈے بھرے رہتے ہیں۔ اِن انڈوں میں سے ہر مہینے حیض کے وقت ایک انڈا نکلتا ہے۔ اِس انڈے سے مرد کا کرم منی مل جائے تو حمل قرار پاتا ہے۔ یہ انڈا دونوں فوطوں سے باری باری نکلتا ہے۔ پہلے مہینے میں اگر دائیں فوطے سے نکلتا ہے تو دوسرے مہینے بائیں طرف سے۔ یہی سلسلہ ساری عمر چلتا ہے ۔

جوڑے سے پھر گیارہ بچے ہوئے اور یہ بھی سب کے سب مادہ تھیں "

" اب میں نے اِن کو چھوڑ کر کتوں پر تجربہ کرنا شروع کیا۔ دو کتوں کا دایاں فوطہ ۱۲ ستمبر کو کاٹا گیا۔ اور اِن دونوں کتوں اور کتیوں کو ایک کمرے میں بند کیا۔ اِن کو کھانا میں خود اپنے ہاتھ سے دیتا۔ اپنے سوا کسی دوسرے کو اس کمرے میں جانے نہ دیتا۔ اور کہیں جانے کی حالت میں تالا بند کر کے چابی اپنے پاس رکھتا۔ ۸ جنوری کو ایک کتیا کے آٹھ بچے ہوئے جو سب مادہ تھیں "

آخر میں ڈاکٹر سکسٹ کہتے ہیں کہ میں اپنے اِن تجربوں سے اس نتیجہ پر پہنچا ہوں کہ :-

(۱) مرد کے الگ الگ فوطوں میں جدا جدا قسم کی منی رہتی ہے۔

(۲) عورت کے الگ الگ فوطوں میں جدا جدا قسم کے بیج رہتے ہیں۔ دائیں میں لڑکے کے بیج اور بائیں میں لڑکی کے۔

(۳) مرد کے بائیں فوطہ کا ویریہ عورت کے بائیں فوطہ کے رج سے اور دائیں فوطہ کا ویریہ دائیں ہی فوطہ کے رج سے ملتا ہے۔

ڈاکٹر سکسٹ نے اپنے سب تجربے جانوروں پر ہی کئے تھے لیکن بعد کو یہ باتیں انسانوں پر بھی آزمائی گئیں۔ آزمانے پر ڈاکٹر سکسٹ کا اصول صحیح ثابت ہوا۔ اس سلسلے میں مندرجہ ذیل مشہور مثال ہے :-

پرنس آف ڈیلورگ کے ایک مصاحب کو ریلنگ پر سے گر جانے سے بائیں فوطہ میں چوٹ آئی۔ اور ڈاکٹر رولمین نے اُس کا علاج کیا۔ آرام ہونے پر اُس نے ایک ایسی بیوہ سے شادی کی جس کے دو لڑکیاں تھیں۔ اِس بیوہ سے اُس کے پانچ بچے ہوئے۔ یہ پانچوں لڑکے ہی لڑکے تھے۔ ڈاکٹر رولمین کی توجہ اِس طرف مبذول ہوئی۔ کیونکہ وہ جانتے تھے کہ اس کا بایاں فوطہ کسی کام کا



عیش و عشرت نہیں عورت کے بغیر ○ گھر کی زینت نہیں عورت کے بغیر
کہتے ہیں گھر، متمدن جسکو ○ فی الحقیقت نہیں، عورت کے بغیر



صاحبِ مال ہُوا مرد تو کیا ۔ بافراغت نہیں، عورت کے بغیر
دل رہے جس سے شگفتہ ایسی ۔ کوئی صورت نہیں، عورت کے بغیر



مہربان مرد ہوں، بچوں پہ ہزار — اُن پہ رحمت نہیں، عورت کے بغیر
لاکھ بٹتا رہے گھر میں لنگر — خیر و برکت نہیں، عورت کے بغیر



بزمِ دُنیا میں مکمل اِنسان حسبِ فطرت نہیں، عُورت کے بغیر
مَرد گو زہد سے بن جائے ملک آدمیت نہیں، عُورت کے بغیر

نہیں رہا تھا۔ آخرکار ۱۹۰۸ء میں اُس کے مرنے پر ڈاکٹر رُوملین کے کہنے پر ڈاکٹر لیتھو نے اس کے فوطوں کو چیر کر جانچ کی۔ تو معلوم ہُوا کہ سچ مچ اس کا بایاں فوطہ بیکار ہوگیا تھا۔ اور اسی لئے اُس کے ایک بھی لڑکی نہ ہوکر سب لڑکے ہی لڑکے پیدا ہوئے *

اسی طرح ڈاکٹر ہیلنگ نے ایک ایسی عورت کو دیکھا تھا جس کے نو لڑکے ہی لڑکے پیدا ہوئے تھے۔ آخری لڑکے کو جنم دیتے ہوئے جب اُس کی موت ہوئی تو ڈاکٹر ہیلنگ اپنی خواہش کو روک نہ سکے۔ وہ یہ جاننے کے لئے بے قرار ہو اُٹھے کہ اس عورت کے اعضاء مخصوصہ میں ایسی کونسی خصوصیت تھی جس کے باعث اُس کے سب لڑکے ہی لڑکے پیدا ہوئے؟ عورت کا پیٹ چیر کر دیکھنے سے معلوم ہُوا کہ اُس عورت کا دایاں فوطہ اپنی قُدرتی حالت میں تھا۔ لیکن بایاں فوطہ سُوکھ کر بیکار ہوگیا تھا۔ حمل قرار پانے کے وقت اس کے دائیں فوطہ سے ہی بیج نکلتا تھا۔ اور اس سے مرد کے دائیں فوطہ کا ویریہ ملنے پر اولاد بیٹے کی شکل میں پیدا ہوتی تھی *

ہندوستانی عُلماء کیا کہتے ہیں؟

(۱) منو بھگوان کا کہنا ہے کہ حیض کے بعد جُفت راتوں میں (۴۔۶۔۸۔۱۰۔۱۲ اور ۱۴ ویں رات میں) حمل قرار پانے سے لڑکا اور طاق راتوں میں (۵۔۷۔۹۔۱۱۔۱۳ اور ۱۵ ویں رات میں) حمل ٹھہرنے پر لڑکی پیدا ہوتی ہے *

(۲) وِدھیا چاریہ کی رائے ہے کہ جُفت راتوں میں رج کی کمی ہوتی ہے۔ اس لئے جُفت راتوں میں حمل قرار پانے پر لڑکا اور طاق راتوں میں چونکہ رج

کی زیادتی رہتی ہے۔ اس لئے حمل ہونے پر لڑکی پیدا ہوتی ہے ؂

(۱۳) واگ بھٹ کی رائے ہے کہ عورت اور مرد کے دائیں عضو سے لڑکا اور بائیں عضو سے لڑکی پیدا ہوتی ہے ؂

(۱۴) یوگ شاستر میں لکھا ہے کہ جس وقت ناک کے دائیں سوراخ سے سانس چلتا ہو، اُس وقت حمل ٹھہرانے سے لڑکا اور جس وقت بائیں سوراخ سے سانس چلتا ہو، اُس وقت حمل ٹھہرانے پر لڑکی پیدا ہوتی ہے۔ برابر سانس میں اکثر حمل ٹھہرتا ہی نہیں۔ اور اگر ٹھہرتا ہے تو نامرد اولاد پیدا ہوتی ہے ؂

مغربی اور مشرقی تحقیقات کا نچوڑ

ہندوستانی علماء نے جفت اور طاق راتوں کو ہی لڑکے یا لڑکی کا خاص سبب مانا ہے لیکن وہ جب کہتے ہیں کہ رج اور ویرج کی زیادتی سے یہ اصول ٹوٹ سکتا ہے تب سارا دارومدار رج اور ویرج کی زیادتی پر ہی آجاتا ہے کئی مغربی علماء نے بھی رج اور ویرج کی زیادتی کو ہی لڑکے یا لڑکی کی پیدائش کا سبب بتلایا ہے جن علماء کا یہ مت ہے کہ حیض کے دس دن کے بعد گربھادھان ہونے پر لڑکا پیدا ہوتا ہے، وہ بھی رج اور ویرج کی زیادتی کے باعث ہی ایسا کہتے ہیں ؂

ڈاکٹر ہکسٹ کے اصول سے سانس والا اصول مل جاتا ہے۔ ڈاکٹر ہکسٹ کا کہنا ہے کہ دائیں فوطہ سے ویرج نکلنے پر لڑکا اور بائیں فوطہ سے نکلنے پر لڑکی پیدا ہوتی ہے۔ اگر کسی کو لڑکے ہی لڑکے پیدا کرنے ہوں تو اُسے یہ کوشش کرنی ہوگی کہ مرد کے بائیں فوطہ کا ویریہ عورت کے بائیں فوطہ کے بیج سے ملنے نہ پائے ؂

جانوروں پر تو یہ تجربے اُن کے فوطے کاٹ کر کئے گئے تھے لیکن انسان

کے لئے یہ ممکن نہیں۔ اِسی لئے ڈاکٹر سِکسٹ نے کئی طرح کے تجربے کر کے یہ ثابت کیا تھا کہ حمل ٹھہراتے وقت دائیں اور بائیں فوطہ میں سے جو اُوپر کو اُٹھ جاتا ہے، اُسی میں سے ویرج نکلتا ہے۔ اگر کسی کو لڑکے کی خواہش ہو اور وہ حمل ٹھہراتے وقت بائیں فوطہ کو اُوپر نہ اُٹھنے دے تو وہی کام ہو سکتا ہے جو اُسے کاٹ کر نکال دینے سے ۔

سائنسدانوں کا کہنا ہے کہ جس وقت جو سانس چلتا ہے، اُسی طرف کا فوطہ اُوپر اُٹھا رہتا ہے۔ اگر کسی کو لڑکا پیدا کرنا ہو تو اُسے صرف اپنے سانس پر دھیان رکھنا چاہیئے۔ اور اُسی وقت ہمبستری کرنی چاہیئے جس وقت دایاں سانس چلتا ہو۔ دایاں سانس چلنے سے خود بخود دایاں فوطہ اُوپر کو اُٹھا رہے گا اور اُسی سے ویرج نکلے گا۔

اگر ہمبستری کے وقت مطلوبہ سانس نہ چلتا ہو، تو اُسے بدل لینا چاہیئے۔ کچھ منٹوں تک بائیں کروٹ لیٹنے سے دایاں اور دائیں کروٹ لیٹنے سے بایاں سانس آپ ہی آپ چلنے لگتا ہے۔ ہاتھ پاؤں سے کچھ وقت تک جس بغل کو دبا رکھینگے اُس طرف کا سانس چلنا بند ہو جائیگا اور دُوسری طرف کا سانس چلنے لگے گا۔

دُنیا میں لوگ بیٹے کیلئے زیادہ خواہشمند رہتے ہیں۔ ایسے لوگوں کو ہمیشہ اُسی وقت ہمبستری کرنی چاہیئے جس وقت دایاں سانس چلتا ہو۔ اِس کیلئے سب سے اچھا طریقہ یہ ہے کہ مرد، عورت کو ہمیشہ اپنی بائیں طرف سُلائے اور ہمبستری کے پہلے کچھ دیر تک عورت اور مرد دونوں کروٹ کے بل ایک دُوسرے سے باتیں کرتے رہیں۔ اِس طرح بات چیت کرنے کے لئے مرد کو بائیں کروٹ اور عورت کو دائیں کروٹ لیٹنا ہوگا۔ کچھ دیر تک اِسی طرح لیٹے رہنے پر دونوں کا سانس ٹھیک ہو جائے گا۔ مرد کا دایاں اور عورت کا بایاں سانس چلنے لگے گا۔

عورتوں کو اس طرح بائیں طرف رکھنے سے اُنہیں لڑکا ہی پیدا ہوتا ہے۔ اِس کی ایک مثال مغربی دُنیا میں بھی مشہور ہے۔ ڈاکٹر ڈال لکھتے ہیں۔ "مجھے نیویارک کا ایک پادری ملا۔ اُس نے بتلایا۔ کہ جب شہر میں رہتا تھا، تب میری چارپائی اِس طرح بچھی ہوئی تھی کہ مجھے عورت کو اپنی بائیں طرف ہی سُلانے میں آسانی ہوتی تھی۔ اُس وقت میرے تین بچے ہوئے اور تینوں لڑکے۔ بعد کو جب دیہات میں رہنے لگا تو وہاں چارپائی اس طرح تھی کہ مجھے عورت کو اپنی دائیں طرف رکھنا پڑتا تھا۔ اِس حالت میں عورت نے دو بچوں کو جنم دیا۔ یہ دونوں لڑکیاں تھیں"۔

اِس طرح لڑکا یا لڑکی پیدا کرنے کا سوال حل ہو جاتا ہے۔ دائیں اور بائیں سانس کا طریقہ تو اِتنا آسان ہے کہ ہر ایک آدمی اس کو کام میں لا سکتا ہے۔

شرطیہ لڑکا پیدا کرنے کے نایاب نسخے

ویدجگن ناتھ جی وَید واچسپتی لکھتے ہیں:۔

ذیل کا نسخہ لاہور کے مشہور کویراج ہرنام داس جی بی۔اے کے سینہ کا پوشیدہ راز ہے اور اُن کا معمولِ مطب نسخہ ہے۔ یہی وہ نسخہ ہے جس کی طرف کویراج جی نے اپنے "ہدایت نامہ خاوند" میں بھی دو تین جگہ اشارہ کیا ہے کہ اُنہیں یہ نسخہ اپنے گورو سوامی کرشنانند سنیاسی سے ملا تھا۔ اور اُنہوں نے یہ نسخہ اتھروویدسے معلوم کیا تھا اور بڑے تجربہ کے بعد اُنہیں بتایا تھا وغیرہ — یہ نسخہ ملاحظہ فرمائیے:۔

اجزاء وترکیب: میور پنکھ (مور پرندہ کا پر) کی دو عدد چوتنیاں (یہ وہ حصّہ ہے جو مور میں کالے رنگ کا چاند کی شکل کا چونی کے برابر گول ہوتا ہے) لیکر بذریعہ قینچی خوب باریک کتر کر کسی چھوٹے عمدہ اور نہ گھسنے والے پتھر کے کھرل میں

پانی کی مدد سے بالکل باریک پیس لیں تاکہ تمام ذرات یکجان ہو جائیں اور کوئی ٹکڑا الگ نہ رہنے پائے۔ پھر ان میں بقدر ضرورت قند سیاہ ملاکر دو برابر حصے کر لیں اور ہر ایک حصہ کو جلاٹین نامی کیپ سول میں بھر دیں (یہ کیپ سول انگریزی دوا فروشوں سے عام ملتے ہیں)۔ بعد ازاں ہر ایک کیپ سول میں ایک عدد تخم شیولنگی بھی داخل کریں۔ علاوہ ازیں ودار ی قند کو خوب باریک کوٹ کر کپڑچھان کر لیں اور اس کی تین پڑیاں بقدر چھ چھ ماشہ بنالیں ؂

طریقہ استعمال۔ یہاں اس دوا کا وہی طریقہ درج کیا جاتا ہے جو کہ کویراج جی موصوف بطور پرچہ ترکیب استعمال اس دوا کے ہمراہ ارسال کیا کرتے ہیں :۔

دوائی جلاٹین نامی ایک خوردنی چیز کے خول میں بند ہے۔ صبح وشام ایک ایک خول منہ میں ڈال کر اوپر سے دودھ پی لیں۔ دودھ بالکل تازہ یا جوش دے کر ٹھنڈا کیا ہوا ہو۔ سادہ مصری ڈال سکتے ہیں۔ خول سے دوائی نکالیں نہیں بلکہ خول سمیت دودھ سے نگل جائیں۔ مکھن کی مانند آسانی سے اندر چلی جائے گی۔ اس دن شام کو روٹی نہیں کھانی چاہیئے، دودھ ہی پینا ہے۔

دوسرے دن صبح کے وقت ایک پڑیہ سفید منہ میں ڈال کر اوپر سے گائے کا دودھ پی لیں۔ صبح کے وقت اور کچھ نہیں کھانا۔ شام کو عام خوراک روٹی، دال، بھاجی سبزی، تازہ میوے وغیرہ۔ تیسرے دن پھر صبح گائے کے دودھ سے سفید پڑیہ کھالیں اور شام کو سادہ غذا۔ اور کوئی پرہیز نہیں سوائے کھٹائی تیل اور جماع کے۔ تینوں روز دودھ ایسی گائے کا استعمال کرنا ہے جس کا نر بچھڑا ہو اور زندہ ہو۔ دودھ کی مقدار حاملہ کی برداشت کے مطابق ہو۔ جتنا زیادہ پی سکے، بہتر ہے ؂

نوٹ ۔ دوائی لیتے وقت حاملہ مندرجہ ذیل پاٹھ دل میں کہے :-

برائے ہندو بہن "پرماتما جس کی مہربانی سے حمل ٹھہرا ہے، وہی نستارا کریگا۔ وہی سب سے بڑا وئید ہے۔ وہی پرماتما میرے واسطے اس دوائی میں برکت ڈالے گا اور میرے من کی مُراد پُوری کریگا۔" (ترجمہ منتر اتھرووید)

برائے مسلمان بہن "خداوند کریم جس کے کرم سے حمل ٹھہرا ہے، وہی میرا بیڑا پار کریگا۔ وہی سب سے بڑا حکیم ہے۔ وہی ربُ العالمین اس دوائی میں برکت ڈالے گا اور میرے دِل کی مُراد پوُری کرے گا!"

نوٹ ۔ دوائی آخری حیض کے بعد تین ماہ کے اندر اندر کسی بھی دن استعمال کر سکتے ہیں۔ تاریخ کی بندش نہیں ہے۔ البتہ جتنا پہلے استعمال کریں، بہتر ہے *

دُوسرا نہایت لاجواب نسخہ کویراج ہرنام داس جی بی۔اے کے سینہ کا راز اور وُہ پیٹنٹ لاجواب نسخہ جس کے استعمال سے لڑکی کی بجائے لڑکا پیدا ہوتا ہے، اُوپر درج کیا جا چکا ہے، اب دُوسرا نسخہ ملاحظہ فرمائیں۔ یہ بھی ایک مشہُور وُیدراج جی کا نسخہ ہے جوکہ میرے خاص کرم فرماؤں میں سے ہیں۔ ان کا یہ نسخہ بہت ہی آزمائش شدہ ہے۔ اور اُن کو اس نایاب تحفہ پر واقعی بجا ناز ہے اور آپ اِس سے کافی سے زیادہ مالی فائدہ اُٹھا رہے ہیں۔ علاوہ ازیں اِس حیرت انگیز اکسیر سے آپکی شہرت کو چار چاند لگ رہے ہیں۔ ہم نے خود اس کی آزمائش کی ہے۔ بالکل بیخطا ثابت ہؤا ہے *

نسخہ نمبر ا کی مانند ہی میور پنکھ (مور پرندہ کا پر) کی تین چونیاں لیں اور بطریق معروف قند سیاہ میں ملاکر تین گولیاں بنالیں۔ اور مغز پتر جیو نو عدد (یہ خیال رہے کہ تخم پتر جیو نئے ہوں، پُرانے نہ ہوں اور نہ ہی کسی کیڑا وغیرہ سے اُن کا کوئی بھی حصہ ضائع ہو چکا ہو۔ ایسے عمدہ تخموں کے مغز نکالیں) فلفل سیاہ ۱۸

عدد۔ ہر دو ادویات کو خوب باریک پیس کر ۲۱ عدد پڑیاں بنالیں ۔
طریقۂ استعمال۔ بالکل ٹھیک دو ماہ کے حمل کے بعد تین یوم تین گولیاں صبح سویرے خالی پیٹ ہمراہ شیر گاؤ دیں۔ یعنی کہ تین دن میں روزانہ ایک ایک گولی دیں۔ اور اس کے بعد اکیس دن اکیس پڑیاں فلفل سیاہ والی صبح سویرے گائے کے دودھ کے ہمراہ استعمال کرائیں ۔

تیسرا نسخہ میرے کرمفرما پروفیسر شو شرما صاحب آیورویدآچاریہ ریلوے روڈ لاہور نے مجھے ایک دفعہ اولاد نرینہ کا ایک خاص مجرب نسخہ بتلایا تھا۔ اس کا بھی جزوِ اعظم مور پنکھ ہی ہے۔ اگرچہ مجھے اسے استعمال کرنے کا موقعہ نہیں ملا۔ لیکن مجھے کامل یقین ہے کہ یہ بھی مذکورہ نسخہ جات کی مانند بالکل زود اثر ہوگا۔ اس کے زود اثر ہونے کے ثبوت کے لئے صرف پروفیسر صاحب کا اسم گرامی ہی کافی ہے۔ اس وقت آپ کا شمار ہندوستان کے نامی گرامی ویدوں میں ہے۔ وہ بینظیر نسخہ بھی پیش کر دیا جاتا ہے۔ بنائیں اور مستفید ہوں :۔
مور پنکھ کی ایک چوٹی کو کتر کر چودہ ماشہ دانہ دار کھانڈ کے ہمراہ باریک پیس لیں۔ اور پھر اس دوا کی سات پڑیہ بنالیں۔ حمل ٹھہرنے کے دوسرے تیسرے ماہ کے درمیان سات دن مذکورہ پڑیاں گائے کے دودھ کے ہمراہ استعمال کرائیں ۔

چوتھا بینظیر نسخہ ہندوستان کے مایۂ ناز کوی ونود وید بھوشن پنڈت ٹھاکر دت جی شرما مالک کارخانہ "امرت دھارا" کی ایجاد ہے:۔
تین عدد مور پنکھ کی چوٹیوں کو گڑ میں ملا کر تین گولیاں بنائیں۔ ان کو قیام حمل کے دو ماہ بعد تیسرے ماہ میں ایک دن کے اندر ہی دودھ سے کھلا دیا جائے۔ لڑکا پیدا ہوگا ۔

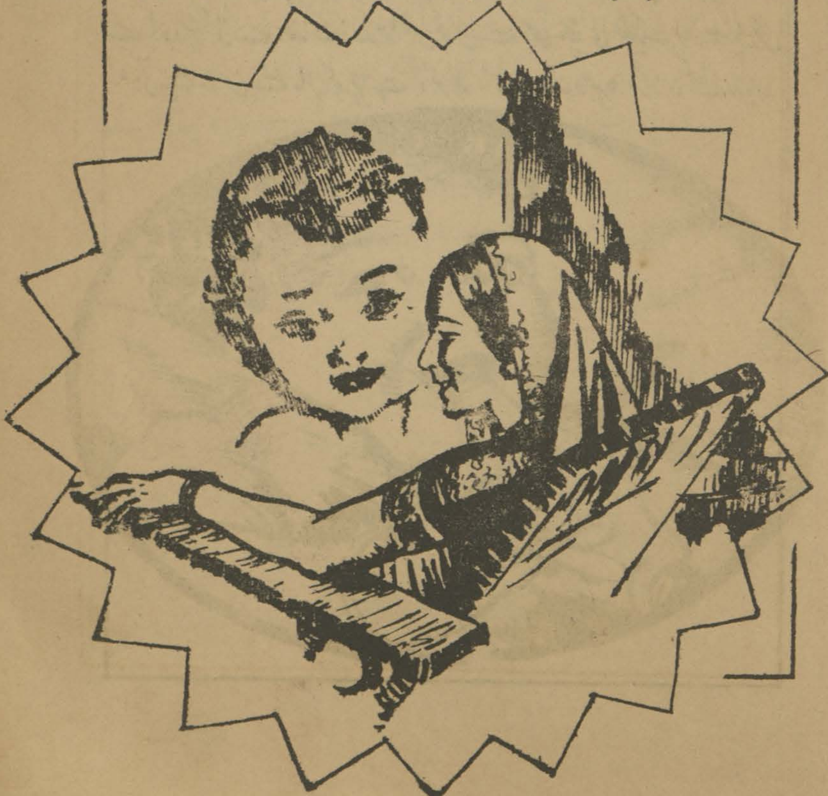
پانچواں نسخہ

ایسی پچاسوں بُوٹیاں ہیں جن کے استعمال سے لڑکی کی بجائے لڑکا پیدا ہو سکتا ہے لیکن آپ کو دو بہت آسانی سے مل جانے والی بُوٹیاں بتائے دیتا ہوں۔ وُہ بھنگ اور شو لنگی ہیں۔ دونوں کے تخم مطلوب ہیں۔ بھنگ کے تخم بھنگ کے ٹھیکہ سے اور شو لنگی کے تخم تمام مشہور و معروف آیور ویدک دواخانوں سے عام طور پر مل جاتے ہیں۔ جب حمل ٹھہرے ہوئے دو ماہ ہو جائیں تو عورت کو ہدایت کر دیں کہ بھنگ کے بیج سالم (باریک پیسنے کی ضرورت نہیں) تازہ پانی کے ساتھ صبح نہار منہ ایک ماشہ پھانک لیا کرے۔ اور شو لنگی کے چار عدد بیج سالم شام کا کھانا کھانے سے ڈیڑھ گھنٹہ پہلے اسی طرح تازہ پانی سے پھانک لیا کرے۔ یہ عمل پورے ایک ماہ تک جاری رکھیں۔ لڑکی کی بجائے لڑکا پیدا ہوگا۔

زمانہ حمل

حاملہ کی جسمانی و دماغی حالت کا بچّہ پر اثر

حمل قائم ہونے کے وقت ماں باپ اور زمانہ حمل میں ماں کی جیسی دلی خواہش ہوتی ہے، ویسے ہی ویسے خواہش کے ڈھانچے میں اُس کی اولاد ڈھلتی ہے۔ حمل کے پہلے چار مہینوں میں بچہ پر ماں کی جسمانی حالت کا اثر پڑتا ہے۔



اور پچھلے پانچ مہینوں میں دماغی خیالات و عادات کا۔ اس لیئے پہلے چار مہینوں
میں جسمانی کاموں پر توجہ دینی چاہیئے اور پچھلے مہینوں میں دماغی کاموں پر۔ حاملہ
کے لیئے سیر یعنی چہل قدمی بہترین ورزش ہے۔ اگر بلاناغہ سیر کی جائے تو ماں
کی صحت بہت اچھی ہو سکتی ہے۔ اور بچہ پر بھی اُس کا حیرت انگیز اثر پڑ سکتا
ہے حاملہ کی غذا ایسی ہونی چاہیئے کہ جس سے خالص اور صاف خون پیدا ہو۔
قبض نہ ہے۔ ساگ سبزی اور پھل حاملہ کے لیئے بہترین غذا ہیں۔ انگور، سیب وغیرہ
کھائے جائیں تو اُن کا چھلکا بھی ساتھ کھانا چاہیئے۔ حاملہ عورتوں کو جو قبض کی
شکایت عام ہوتی ہے، وہ اِس طرح پھلوں کے ساتھ اُن کا چھلکا بھی کھانے
سے دُور ہو سکتی ہے۔ صاف اور خالص خون سے ہی بچہ کی ٹھیک طور سے پرورش
ہوتی ہے۔ اس لیئے ماں کو چاہیئے کہ کوئلہ، مٹی، چاک وغیرہ ہرگز نہ کھائے۔ زیادہ



گرم، کھٹی، ثقیل، کڑوی اور تیز چیزوں کا استعمال نہ کرے۔ ایک عورت کی نسبت کہا گیا ہے کہ ایام حمل میں وہ سُرخ مرچ کا بہت زیادہ استعمال کرتی تھی۔ جب بچہ پیدا ہؤا تو اُس کے جسم، زبان اور حلق میں آبلے پڑے ہوئے تھے۔ اس لئے صاف، ستھری، ہلکی اور زُود ہضم غذا کھانی چاہیئے۔ دُودھ، چاول اور سبزیوں کا زیادہ استعمال رکھنا چاہیئے ؂

مناسب غذا سے دُوسرے درجہ پر صاف ہوا اور روشنی کی ضرورت ہے۔ حاملہ کے سونے کا کمرہ ہوادار ہونا چاہیئے۔ تاریک اور غیر ہوادار مکان میں رہنے والی ماں کا بچہ دائم المریض، پیلا، دُبلا پتلا رہتا ہے ؂

حاملہ کو چاہیئے کہ نہائے اور صاف ستھری رہنے کی عادت بنائے۔ روزانہ پُوری نیند سوئے۔ زیادہ لچکدار بچھونے پر نہیں سونا چاہیئے ؂

ایّام حمل میں سنگتروں کا زیادہ استعمال خوبصورت اولاد پیدا کرنے کا مصدقہ راز ہے۔ جس کا جی چاہے، آزما کر دیکھ لے ؂

ایامِ حمل میں اگر عورت کو ایک دو سیب روز کھلایا جائے تو بچہ نہایت ذہین، خوبصورت، گورا اور صحتمند پیدا ہوگا ؂



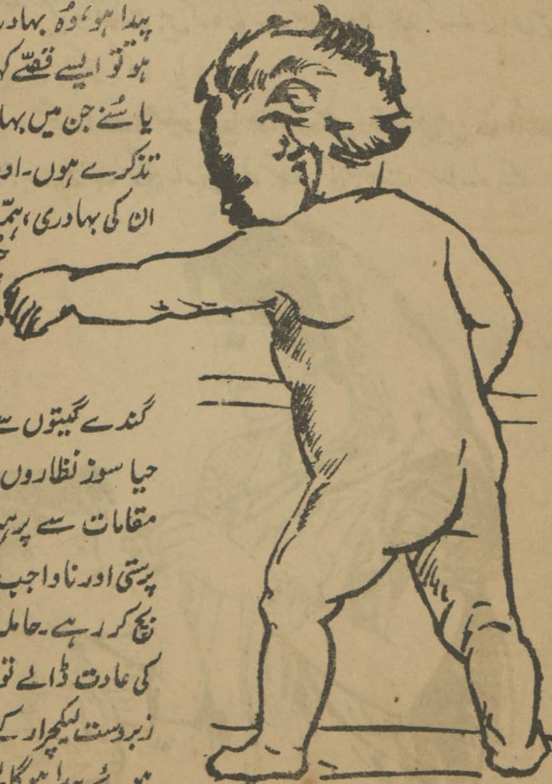


خوبصورت بچہ پیدا کرنے کیلئے

جب حمل تین مہینہ کا ہو تو چاند کی ۱۳۔ ۱۴۔ ۱۵ تاریخوں میں حاملہ کو سفید فرش پر بٹھا کر چاروں طرف سفید پھول اس پر ڈال دیں۔ اور ایک گلاس سفید بلوری میں دودھ اور مصری سفید ملا کر اور پانچ ورق چاندی کے اس میں حل کر کے پلائیں۔ اور خوب تفریح کی باتیں کرتے رہیں۔ ہر مہینہ میں تین روز تک یہ عمل کرنا چاہیئے۔ بچہ بہت خوبصورت پیدا ہوگا۔

حاملہ عورت اپنے خیالات کی طاقت سے جیسے بچے اُس کا جی چاہے پیدا کر سکتی ہے۔ اگر یہ خواہش ہے کہ پیدا ہونے والا بچہ زیادہ عقلمند، ہوشیار اور نیک ہو تو حاملہ کو چاہیئے کہ وہ ایسی کتابیں، جن میں عقل و دانش، اخلاق و آداب کے مضامین درج ہوں، غور سے مطالعہ کرتی رہے۔ اگر خود پڑھنا نہ

جانتی ہو تو دُوسروں سے پڑھوا کر سُنا کرے۔ درشت کلامی، رنج و غم سے پرہیز کرے۔ کسی کی بدگوئی نہ کرے۔ کسی سے لڑے جھگڑے نہیں۔ رونے دھونے سے بچے۔ ہر وقت خوش و خُرم رہے۔ اور بھگوان سے وقتاً فوقتاً پرارتھنا کرتی رہے کہ اس کی گود میں ایسا بچہ آئے، جو دُنیا میں اپنا، اپنے والدین اور اپنے ملک کا نام روشن کرے۔ اگر حاملہ کی خواہش ہے کہ جو بچہ پیدا ہو، وہ بہادر اور زور آور ہو تو ایسے قصے کہانیاں پڑھے یا سُنے جن میں بہادروں کے تذکرے ہوں۔ اور اپنے دل میں ان کی بہادری، ہمت، استقلال، چُستی، زور آوری وغیرہ پر سوچ وچار کرے۔



گندے گیتوں سے، ناپاک حیا سوز نظاروں سے، غلیظ مقامات سے پرہیز کرے عیش پرستی اور ناواجب بناؤ سنگار سے بچ کر رہے۔ حاملہ لیکچر اور تقریر کی عادت ڈالے تو بچہ ایک زبردست لیکچرار کے اوصاف لیے ہوئے پیدا ہوگا یعنی وہ جوان

ہو کر تعلیم پا کر اچھا سپیکر، زبردست لیکچرار ثابت ہو گا۔ اِسی طرح اگر حاملہ تصاویر یا نقش و نگار اور بیل بوٹے بنایا کرے یا بنظرِ عمیق دیکھا کرے تو اُس کا بچہ ضرور ایک نامی گرامی مصور و نقاش ہو گا۔

غرضیکہ عورت اپنے ایّام حمل میں جن جن علوم و فنون کا شغل رکھے یا دماغ میں خیالات و تفکرات رکھے، اُنہی اوصاف و خیالات کو لئے ہوئے بچّہ پیدا ہوتا ہے۔ کئی ایسے تاریخی واقعات ہیں کہ ماں نے جیسا بچّہ پیدا کرنے کی دِل میں ٹھان لی، ویسا ہی بنا کر دکھا دیا!

(۱) ارجن اور سُبھدرا سے ابھمنیو پیدا ہوا۔ وہ جس وقت حمل میں تھا، ایک روز سُبھدرا کی طبیعت خراب ہو گئی۔ ارجن نے سُبھدرا کی طبیعت بہلانے کے لئے



چکّر ویوہ میں داخل ہونے اور اُس کو توڑنے کا حال کہہ سُنایا۔ جنگِ مہابھارت میں کرشن، ارجن اور دروناچاریہ کے علاوہ کوئی دُوسرا چکّر ویُوہ کا بنانا اور اس کا توڑنا نہیں جانتا تھا۔ اس لئے کرن نے نہایت چالاکی سے اُس وقت جبکہ ارجن و کرشن موجود نہیں تھے، چکّر ویُوہ کو بنا کر یُدھشٹر کے پاس کہلا بھیجا کہ اِس چکّر کو کھولئے یا کورو کی فتح مندی کا کاغذ لکھ دیجئے۔ اِس سخت وقت پر ابھمنیو اس زمانۂ حمل کی تعلیمی حالت سے فائدہ اُٹھا کر نہایت چالاکی کے ساتھ چکّر ویوہ میں داخل ہو گیا۔

(۲) تمام یورپ کے ہلا دینے والے بہادر نپولین بوناپارٹ سے شاید ہی کوئی تعلیمیافتہ آدمی ناواقف ہو۔ اُس کا اقبال، اُس کی بہادری اور اُس کے تعجب انگیز کارنامے تمام دُنیا کو معلوم ہیں۔ کہتے ہیں، وہ جس وقت حمل میں تھا، اُس وقت



اُس کی ماں طارق کے لکھے ہوئے بہادروں کی سوانح عمریاں اور یونان کے بہادروں کی تاریخیں پڑھا کرتی تھی۔ اور اپنے شوہر کے مطیع سپاہیوں پر شہزادیوں کی طرح حکومت کرتی تھی۔ پس اس کے پڑھنے پڑھانے اور حکومت کا اثر اُس کی اولاد نپولین پر پڑا۔ جس سے اُس میں انوکھی قوتیں پیدا ہوگئیں۔ اور وہ دُنیا بھر میں شیر کی مانند گرجتا پھرا۔



(۳) چارلس گیلیس جب وقت حمل میں تھا، اُس کی ماں نے اپنی طبیعت کو فقیری کی طرف پھیرا۔ وہ دُنیاوی تعلقات اور آرام کو چھوڑ کر فقیروں کی طرح رہنے لگی۔ شہر کو ترک کر کے گاؤں میں چلی گئی اور اپنا زیادہ تر وقت دُنیا کے قدرتی دلچسپ نظاروں کے دیکھنے میں خرچ کرنے لگی۔ ماں نے خاص طور سے جنین پر اثر ڈالنے کے لیۓ ایک خاص طرز پر چلنا شروع کیا نتیجہ یہ ہوُا کہ گیلیس فقیر آدمی ہوُا۔ مناظر قدرتی کے بارے میں اُس نے ایک بڑی قابلِ قدر کتاب تصنیف

کی، جس سے وُہ نہایت معزز اور ممتاز ہُوا۔

(۴) میری مینشیا نامی ایک امریکن عورت اپنا حال یوں لکھتی ہے کہ۔ "میرے پہلے لڑکے کی پیدائش کے ایک ماہ قبل ایک کتب فروش آیا۔ اُس سے میں نے ایک کتاب خریدی۔ اُس میں خواہش کے مطابق قوتِ ارادی کے ذریعہ سے لائق اولاد پیدا کرنے کی ترکیبیں لکھی تھیں۔ چونکہ اُس کی پیدائش کا وقت قریب تھا، اِس لئے میں اُس کے اُوپر پُورا پُورا اثر نہ ڈال سکی۔ بدیں وجہ وہ معمولی عقل کا رہ گیا۔ لیکن جب دُوسرا لڑکا میرے بطن میں آیا تو میری زبردست خواہش ہوئی کہ اُسے اعلےٰ لیکچرار بناؤں۔ میں مشہور مشہور لیکچراروں کے لیکچر سُننے جایا کرتی اور اُنہیں دھیان سے سُنا کرتی تھی۔ میں لائق مصنفوں کے مضامین اور نظمیں پڑھتی اور اپنے مقصد کا دھیان رکھتی۔



اِسی طرح کرتے کرتے مُدتِ حمل پُوری ہوئی اور بیٹا پیدا ہُوا۔ بڑا ہوتے پر وُہ ایک اچھا لیکچرار ہُوا۔" "تیسرے بچّے کے پیٹ میں آنے کے وقت میری خواہش ہوئی کہ اُسے کہنہ مشق اور ہوشیار آرٹسٹ بناؤں۔

اسی ارادے سے میں بڑے بڑے شہروں میں جاکر وہاں کی بڑی بڑی آرٹ گیلریوں کو گہری نظر سے دیکھتی تھی۔ اور خود بھی ان کی مشق کیا کرتی تھی۔ وقت پر میرے تیسرے بالک کا جنم ہوا جس نے میری اُمیدوں کو پورا کیا۔ میں یقینی طور پر کہہ سکتی ہوں کہ میں نے ایام حمل میں جس جس مضمون میں اپنے دل کو لگایا، اُس مضمون میں اولاد طاق پیدا ہوئی +

(۵) شہنشاہ اکبر کی والدہ جن دنوں حاملہ تھی، ایک روز بیٹھی ہوئی اپنے پاؤں کو سوئی سے کھود رہی تھی۔ اتنے میں ہمایوں حرم سرائے میں آیا اور مسکرا کر بیگم سے پوچھا کہ یہ کیا کر رہی ہو؟ بیگم نے جواب دیا کہ پاؤں میں گود کا نشان بناتی ہوں۔ اور میری دلی خواہش ہے کہ میرے بچے کے پاؤں میں بھی یہ نشان ہو۔ چنانچہ جب اکبر پیدا ہوا تو دیکھنے والوں نے دیکھ لیا کہ وہی نشان اکبر کے پاؤں میں موجود تھا!



(۶) واشنگٹن کے ایک نوجوان عورت و مرد نے اپنی اولاد کو خوبصورت بنانے کی غرض سے ایک خوبصورت لڑکے کی تصویر خریدی۔ وہ دونوں اکثر اوقات اُس کو دیکھا کرتے تھے۔ جب اُن کے لڑکا پیدا ہوا تو وہ اُس تصویر کے ساتھ بالکل ملتا جلتا تھا۔ گویا کہ وہ تصویر اُس بچے کی ہے۔ حالانکہ امر واقعہ یہ تھا کہ وہ بچہ اِس تصویر کی تصویر تھا!

(۷) ایک انگریز کو ایک افریقن عورت سے بجد

محبت تھی۔ وہ اُس سے شادی کر کے کئی سال تک بخوشی اُس کے ساتھ رہا۔ اُس عورت کے مر جانے کے بعد اُس نے ایک گوری عورت (میم) سے شادی کر لی۔ لیکن جو لڑکا کہ اس گوری میم سے پیدا ہوا، وہ رنگ و رُوپ میں اُس کی پہلی عورت کا سا تھا۔ سبب بتانے کی ضرورت نہیں۔ انگریز پہلی عورت کو فراموش نہ کر سکا۔ جماع کے وقت اُس کے دماغ میں اُسی کی شکل تھی۔ اس لئے اس کا عکس اولاد پر ہو گیا۔



(۸) سپین میں ایک مشہور لڑکی کے سونے کے کمرہ میں ایک حبشی کی تصویر آویزاں تھی۔ اسے وہ اکثر دیکھا کرتی تھی۔ زمانۂ حمل میں بھی اُس

کی نظر اس پر پڑا کرتی تھی۔ نتیجہ یہ ہوا کہ اُس کے اسی شکل و شمائل کے لڑکے پیدا ہوئے ۔

(۹)، روم کا ایک مصنف بہت بدشکل اور پست قد تھا۔ اس کا پہلا لڑکا بھی اُسی کا سا بدشکل اور پست قد ہوا۔ مصنف کو خوبصورت لڑکے کی تمنّا تھی۔ اس لئے اُس نے اُس وقت کے ڈاکٹر کی صلاح لی۔ ڈاکٹر صاحب نے صلاح دی کہ وہ اپنی عورت کے سونے بیٹھنے اور اُٹھنے کے کمرہ میں ایک ایسی خوبصورت تصویر بنوا کر آویزاں کر دے جس سے اُس کا دل ہمیشہ اس کی طرف مائل رہے۔ اُس نے ایسا ہی کیا۔ بعدازاں اُس کے جو اولاد پیدا ہوئی، وہ اُس کی خواہش کے موافق خوبصورت تھی ۔

(۱۰) فرانس کے ایک معزز خاندان کی عورت کا ذکر کرتے ہیں کہ اُس کے ہاں ایک سیاہ فام لڑکا پیدا ہوا جو شکل و صورت میں بالکل حبشی غلاموں سے مشابہ تھا۔ خاوند کے دل میں اپنی بیوی کی طرف سے بدظنی پیدا ہوگئی۔ باہم تکرار و بحث ہو کر عدالت تک نوبت پہنچی۔ عدالت نے اصل واقعہ کی تحقیق کیلئے ڈاکٹروں کا کمیشن مقرر کیا۔ چنانچہ اس تحقیقات سے یہ ثابت ہوا کہ وہ عورت محض بے قصور تھی۔ اس عورت کی نشست گاہ کے سامنے ایک حبشی کی تصویر تھی اور چونکہ وہ عین سامنے تھی، اس سبب سے اس عورت کی نظر ہمیشہ اس پر پڑا کرتی تھی۔ اس لئے بچہ جو پیدا ہوا، اُس تصویر سے مشابہ نکلا!

(۱۱) ایک عورت ایام حمل میں اپنے خاوند کے صندوق میں سے روپیہ چرایا کرتی تھی۔ اُس سے جو بالک پیدا ہوا، وہ ماں کا صحیح عکس تھا۔ اُس کی چوری اپنے رشتہ داروں تک ہی محدود تھی۔ اپنے رشتہ داروں کے سوا وہ کسی دوسرے کی چوری نہ کرتا تھا ۔

(۱۲۱) ایک ہی ماں کی دو لڑکیاں تھیں۔ اُن دونوں میں بڑی لڑکی تو بڑی چالاک اور لڑاکی تھی۔ اور چھوٹی بہت ہی سیدھی تھی۔ لڑاکی بہن اپنی دُوسری بہن کو بہت تنگ کیا کرتی تھی۔ اُس کے اِس سلوک سے گھر باہر سبھی جگہ کے لوگ تنگ آ گئے تھے۔ ایک ہی ماں کی دو مختلف طبیعتوں کی سنتان ہونے کا سبب ڈھونڈنے پر پتہ لگا کہ جب بڑی لڑکی گربھ میں تھی، اُس وقت اُس کی ماں کی سَوت گھر میں تھی اور وہ دِن رات اپنی سَوت سے لڑا کرتی تھی۔ اِس لئے ماں کے لڑنے کا اثر لڑکی پر پڑا اور وہ لڑاکی ہو گئی۔ اور چھوٹی لڑکی جب گربھ میں تھی، اُس وقت اُس کی سَوت اپنے میکے گئی ہوئی تھی۔ اِس لئے لڑائی جھگڑا بھی نہیں ہوا کرتا تھا۔ اِس حالت میں وہ بہت خوش رہا کرتی تھی۔ نتیجہ یہ ہوا کہ چھوٹی لڑکی اچھے مزاج کی ہوئی۔

اِس قسم کے سینکڑوں واقعات مل سکتے ہیں۔ یہ واقعات خود بول رہے ہیں کہ بچوں کی مختلف خصلتوں اور مزاجوں کا انحصار اکثر ان حالتوں اور کیفیتوں پر ہوا کرتا ہے جو ان کی ماؤں کی اُن کے زمانۂ حمل کے ایام میں رہی ہوں۔ لہٰذا عورت اگر عقلمندی سے کام لے تو اپنے منشاء کے مطابق نہ صرف خوبصورت بلکہ لائق، بہادر اور دیگر صفاتِ حسنہ سے موصُوف بچے پیدا کر سکتی ہے۔

بچّہ کی پیدائش

ماں کے پیٹ میں بچّہ ۲۷۰ دن سے ۲۸۰ دن یعنی ۹ مہینے ۱۰ دن تک رہتا ہے۔ کبھی کبھی دس پانچ دن آگے پیچھے بھی ہو جاتے ہیں۔ پیدائش کے وقت پڑھی لکھی مِڈوائف کو ہی بُلانا چاہیئے۔ اگر پڑھی لکھی مِڈوائف

مل سکے تو تجربہ کار اور ہوشیار دائی کو بُلانا چاہیئے۔ اور اُس کے ہاتھ پَیر دُھلوا کر ہی اندر جانے دینا چاہیئے۔ ہو سکے تو فضول گڑبڑ نہیں کرنے دینا چاہیئے۔ بچّہ کو اپنے آپ ہی پیدا ہونے دینا چاہیئے۔ چاقو، چھُری یا قینچی پانی میں اُبال کر ہی استعمال کرنا چاہیئے۔ اگر بچّہ پیدا ہونے میں دِقت آ جائے تو دائی اور ڈاکٹرنی کے علاوہ ڈاکٹر کی مدد لینا بھی اچھا ہے، پر بے وقوف اور پھوہڑ دائی کی من مانی نہیں ہونے دینا چاہیئے۔

زچہ خانہ میں استعمال ہونے والے جُملہ کپڑے پانی میں اُبالے ہوئے ہونے چاہئیں۔ پُرانے بھلے ہی ہوں، پر صابن لگا کر صاف کیئے ہوئے اور دُھوپ میں سُکھائے ہوئے کپڑے زچّہ کو استعمال کرانے چاہئیں۔

دُھونی، دھواں یا گرمی کا رواج نقصان دہ ہے۔ دُھونی تو دینا ہی نہیں چاہیئے۔ مکان میں دُھونی دے کر دروازہ اور کھڑکیاں بند کرنا زچہ خانہ کی ہوا خراب کرنا ہے۔ زچّہ خانہ میں اندھیرا، گندی ہوا اور میلے کپڑوں کے لئے بڑی بوڑھیوں سے جنگ کرنا پڑے گی۔ لاعلمی کی وجہ سے اُن میں کافی وہم موجود ہے۔ وُہ اِن پُرانے اور گندے رواجوں کو چھوڑنے کے لئے تیار نہیں ہوتیں۔

زچّہ کی کمزوری دُور کرنے والا نُسخہ

ولادت کے بعد تمام ہندوستان میں بالعموم اور مالوہ و راجپوتانہ میں بالخصوص ایک ایسا مضرِ صحت اور مُہلک دستور جاری ہے جس کی وجہ سمجھ میں نہیں آتی کہ کیوں اور کن فوائد کی اُمید پر بلا لحاظ عمر، مزاج، موسم ڈھیروں سونٹھ، پیپل، پیپلا مُول، اجوائن وغیرہ جیسی گرم دوائیں ایسی نازک حالت میں کھلائی جاتی ہیں جن سے فائدہ کی بجائے ۹۹ فیصدی نازک مزاج عورتیں

دِق و اسہال میں مُبتلا ہو کر اور بے انتہا تکالیف و شدائد برداشت کر کے عین جوانی کی حالت میں ناشاد و نامُراد اپنے شوہروں اور پیارے بچوں کو خانہ بربادی میں ڈال کر بحرِ ہلاکت میں فنا ہو جاتی ہیں۔ چونکہ مذکورہ بالا ادِویہ بے اِنتہا گرم ہوتی ہیں اور غضب یہ کہ اِن کا استعمال بکثرت اور بلا ضرورت ہوتا ہے۔ لہٰذا حرارت کا تعلق اعضاء اصلیہ کے ساتھ ہو کر دِقی بخار لاحق ہو جاتا ہے۔ اور لازمی بات ہے کہ شدید گرم چیزوں کے استعمال سے آنتوں سے لگا کر نوکِ زبان تک سُرخ گرمی دانے پیدا ہو کر ان سے رطوبات کی تراوش ہونے لگتی ہے، جس سے مروڑ کے ساتھ دست آنے لگتے ہیں۔ کہیں کہیں ہاتھ پاؤں بھی متورم ہو جاتے ہیں جو جگر کی خرابی کے باعث ہوتا ہے ؎

ہم اِس تقریب میں چند نسخے لکھتے ہیں جو مجرّب، مُفید اور بے ضرر ہیں اور بہت زیادہ کامیاب ہیں۔ ضرورتمند ناظرین بوقتِ ضرورت ان سے کام لیں اور مُفید ثابت ہونے پر عوام میں اِن کو رواج دینے کی کوشش کریں تاکہ لوگ مضرِ صحت اور مُہلک چیزوں کے نقصان سے محفوظ رہیں اور اِن مُفید تجاویز سے بہرہ اندوز ہوں ؎

نسخہ اچھوانی جو ولادت کے بعد تین روز تک صبح و شام بجائے غذا اور بعد میں دیا جا سکتا ہے:۔

مغز بادام شیریں ۵ دانہ۔ مغز تخم خیارین ۶ ماشہ۔ مغز تخم خربزہ ۶ ماشہ۔ مغز نارجیل ایک تولہ۔ مغز پستہ تین ماشہ۔ کشمش سبز ۹ ماشہ۔ ان سب کو ذرا سے پانی میں پسوا کر تین چھٹانک پانی میں گھول کر چھان لیں۔ اور شکر سفید دو تولہ ملا کر اس کو میٹھا کر دیں۔ اس کے بعد تین تولے گھی دیگچی میں چڑھا کر اِس شیرے کو اس میں بگھار دیں۔ اور اس قدر پکائیں کہ گاڑھا ہو جائے پھر

اُتار کر نیم گرم کھلائیں۔ اگر جاڑے کا موسم ہو تو اس میں پکاتے وقت زنجبیل ۳ ماشہ، اجوائن دیسی خشک ۳ ماشہ پسی ہوئی ملا دیں ؎

گرمی کے موسم میں پانی کی بجائے عرق مکو ایک سیر۔ عرق گاؤزبان ایک سیر دونوں کو ملا کر آبِ سرد میں رکھ کر ٹھنڈا کریں اور پیاس کے وقت پلاتے رہیں اگر نفاس کے ادرار میں کمی دیکھیں تو ہر دو عرقیات میں صبح و شام شربت بزوری تین تولہ ملا کر دیا کریں ؎

دُوسرا نسخہ بطور غذاء مقوّی ہے جو واقعی زچہ جیسی کمزور عورتوں کے لئے بالکل بے ضرر اور مقوّی غذا ہے :۔

آرد مونگ آدھ سیر ۔ روغن زرد ½ ۱ سیر۔ شکر سفید ۲ سیر۔ پھول مکھانہ ۵ تولہ۔ بیخ بند ایک تولہ موصلی سیاہ ایک تولہ۔ دانہ الائچی خورد ایک تولہ۔ دانہ الائچی کلاں ایک تولہ۔ گل سپاری ایک تولہ۔ مغز نارجیل ۳ تولہ۔ مغز پستہ ۳ تولہ۔ مغز تخم کدوئے شیریں ۳ تولہ۔ مغز تخم خربزہ ۳ تولہ۔ مغز تخم خیارین ۳ تولہ۔ کشمش سبز ۵ تولہ۔ زعفران ۵ ماشہ۔

ترکیب تیاری ۔ پہلے آرد مونگ کو کڑاہی میں ڈال کر اس قدر بھونیں کہ بالکل سُرخ نہ ہو جائے۔ پھر روغن زرد میں پھول مکھانے کو بریاں کر کے نکال لیں۔ اور گھی کو آرد مونگ میں ڈال کر یہاں تک بھونیں کہ سُرخی آجائے اور خوشبو آنے لگے۔ پھر شکر سفید میں پاؤ بھر پانی ڈال کر پکائیں کہ قوام یا چاشنی بن جائے اور اس قوام کو آرد مونگ بریاں میں ملا کر حلوے کی طرح پکائیں۔ اور بیخ سے لے کر گل سپاری تک دوائیں پسی ہوئی پہلے سے موجود رکھنی چاہئیں۔ اور حلوے کو آگ پر سے نیچے اُتار کر یہ پسی ہوئی ادویہ اس میں اچھی طرح ملا دیں۔ اس کے بعد مغز نارجیل اور پستہ کو باریک تراش لیں اور باقی مغزیات مع کشمش مسلم ہی

اُس میں ملا دیں اور زعفران کو عرق کیوڑہ تین تولہ میں گھول کر کے پہلے سے رکھ چھوڑیں اور سب کے آخر میں ملائیں اور ڈھائی ڈھائی تولہ کے لڈو بنا کر کسی صاف برتن میں یا شیشے کے مرتبان میں بحفاظت رکھ دیں۔ صبح و شام ایک ایک یا دو دو لڈو کھانے کے بعد دیا کریں ؛

مگر کھانا معمول سے کم کر دینا چاہیئے تاکہ ہاضمہ میں فتور نہ پڑے ۔ اگر جاڑے کا موسم ہو تو زنجبیل ایک تولہ ۔ اجوائن دیسی ایک تولہ باریک پسوا کر ملا دیں ۔ اور اگر صاحب مقدور ہوں تو موسمِ سرما میں زعفران کے ساتھ مشک اصلی ۳ ماشہ بھی شامل کرنا چاہیئے ؛

جاڑے کے موسم میں پانچ سیر پانی کو اتنا پکالیں کہ تین سیر رہ جائے ۔ بوقتِ ضرورت اس کی ٹھنڈ اُڑا کر پلانا چاہیئے ؛

وضع حمل کے بعد رحم کا ڈھیلا رہ جانا

وضع حمل کے بعد اگر رحم اچھی طرح نہ سکڑے اور ڈھیلا رہ جائے تو اِس میں خون کے چکتے بن جاتے اور ہوا داخل ہو جاتی ہے ، جو عفونت پذیر ہو کر پرسوت کا باعث ہوتی ہے ۔ گویا وضع حمل کے بعد رحم جس قدر جلد سکڑ جائے ، اُسی قدر مریضہ پرسوت سے محفوظ ہو جاتی ہے ؛

چنانچہ وضع حمل کے فوراً بعد مندرجہ ذیل دوا کی ایک خوراک پلا دینی چاہیئے اس سے رحم عمدگی سے سکڑتا اور طاقت پکڑتا ہے ۔ نسخہ :-

کونین سلفیٹ	۳ گرین	ٹنکچر ڈیجی ٹیلس	۵ منم
ایکسٹریکٹ ارگٹ لکوڈ	۳۰ منم	سیرپ اورنشیائی	۱ ڈرام
ایسڈ سلفیورک ڈائیلوٹ	۱۰ منم	ایکوا منتھائپ	۱ اونس

ایسی ایک ایک خوراک بعد وضع حمل ہر چوتھے گھنٹہ بعد پلائیں ؛

وضع حمل کے بعد زچہ کے پیٹ کو باندھنا اور ٹکور کرنا بھی مفید تدبیر ہے۔ ہمارے مُلک کی دائیاں وضع حمل کے بعد زچہ کو بادام، زنجبیل، شکر اور گھی کی اچھوانی پلاتی ہیں۔ اور بجائے پانی کے عرق عنب الثعلب، عرق بادیاں، عرق گاؤزبان پلاتی ہیں۔ یہ کلّی مُفید تدابیر ہیں ؛

بچّہ کی پرورش و تربیّت

بچّہ کی زندگی کے اِبتدائی دو سال اُس کی صحت اور تندرستی کے بُنیادی ایّام ہیں۔ اِن ایّام میں اگر اُسے مناسب طریقہ سے دُودھ پلایا جائے، اُسے ورزش کرائی جائے، اُسے غُسل، نیند، سیر، دُھوپ وغیرہ تمام حوائج ضروریہ سے مناسب حِصّہ دیا جائے، تو ایسا بچّہ زندگی کی آئندہ کٹھن منزلوں کو بخیر و خُوبی طے کرنے کے قابل بن جاتا ہے ؛

پیدائش کے چھ گھنٹہ بعد سے بچّہ کو ماں کا دُودھ پلایا جائے۔ تجربہ سے ثابت ہُوا ہے کہ دس منٹ کی مُدّت دُودھ پلانے کے لئے کافی ہے۔ اور ایک بار میں صرف ایک ہی چھاتی سے دُودھ پلایا جائے۔ دُوسرے موقعہ پر دُوسری چھاتی سے اسی طرح سے تبدیل کرکے دُودھ پلانا مُفید رہتا ہے دُودھ پلانے سے پیشتر چھاتیوں کو بورک ایسڈ سے دھو کر خشک کرلیا جائے ؛

جب بچّہ دُودھ پی رہا ہو تو اُسے جگائے رکھنا ضروری ہے۔ اگر بچّہ کمزور ہو یا کسی وجہ سے چھاتیوں سے دُودھ نہ نکال سکے تو دُودھ نکالنے والے انگریزی آلہ سے جسے بریسٹ پمپ کہتے ہیں، دُودھ نکال لیں اور اسے دُودھ پلانے والی شیشی میں ڈال کر پلادیں۔ جن عورتوں کو دُودھ زیادہ آتا ہے یا بچّہ

دُودھ نہیں پیتا، اُن کی چھاتیوں سے اگر دُودھ نہ نکالا جائے تو دُودھ بستہ ہوکر چھاتیوں میں گٹھلیاں بن جانے کا اندیشہ ہوتا ہے۔ اُس وقت بھی برلیسٹ پمپ کام آتا ہے اور اِس سے دُودھ بہ آسانی ہر روز خارج کر دیا جاتا ہے ؛

اگر بچّہ کی پیدائش کے مہینے ڈیڑھ مہینے کے بعد چھاتیوں میں بچّے کے لئے کافی دُودھ نہ اُترے تو دُودھ پلانے سے آدھ گھنٹہ پہلے ماں آدھ سیر سے زیادہ دُودھ پی کر لیٹ جائے۔ اِس سے اُس کے دُودھ میں اضافہ ہو جائیگا۔ اگر ماں صبح و شام ہوا خوری کرے، مقوی غذا کھائے، دُودھ، گھی، پھل، ترکاری وغیرہ زُود ہضم چیزیں کھائے تو اُس کی چھاتیوں میں کافی دُودھ ہو جائے گا جس سے اُس کا ننھّا بہ آسانی پل سکتا ہے ؛

آج کل عورتوں میں ایک غلط خیال کی اشاعت ہو رہی ہے کہ دُودھ پلانے سے عورت کے حُسن و جمال میں کمی واقع ہو جاتی ہے۔ لہٰذا کئی عورتیں بچّوں کو اپنا دُودھ پلانا باعثِ عار خیال کرنے لگی ہیں۔ ڈاکٹر ایلسن لکھتے ہیں :-

" امریکہ کے علاقہ نیو انگلینڈ کی ننھّے بچّوں والی ماؤں میں سے صرف آدھی تعداد ایسی عورتوں کی ہے جو اپنے بچّوں کو چھاتی کا دُودھ پلاتی ہیں" ؛

ڈاکٹر سکروڈر کو شاید اِسی لئے کہنا پڑا ہے کہ " ماؤں پر اس امر کی قانونی پابندی ہونی چاہیئے کہ وہ کم از کم نو ماہ تک اپنے بچّے کو ضرور اپنا دُودھ پلائے"۔ ڈاکٹر ہیولاک ایلس لکھتے ہیں۔" فرانس کے جن علاقوں میں بچّے ماؤں کے دُودھ سے محروم رہ جاتے ہیں، وہاں سے فوجی ملازمت کے لئے اچھے گرانڈیل جوان نہیں ملتے"۔ ڈاکٹر گلڈر لکھتے ہیں" مصنوعی طریقوں سے دُودھ پینے والے بچّے اپنی عمر کے پہلے سال میں ماں کا قدرتی دُودھ پینے والوں کی

نسبت دُگنی تعداد میں مر جاتے ہیں "؛

چھاتیوں سے قدرت کا چونکہ منشاء یہی ہے کہ ماں بچّے کو دُودھ پلائے، اس لئے اگر وہ دانستہ اس فرض کی ادائیگی سے گریز کرتی ہے تو ایک نامناسب فعل کی مُرتکب ہوتی ہے جس کی سزا اُسے خود بھی بھگتنی پڑتی ہے۔ ڈاکٹروں نے پتہ لگایا ہے کہ حالتِ حمل میں جو تغیرات عورت کے رحم و بچّہ دانی وغیرہ میں رُونما ہوتے ہیں، اُن کو دُرست کرنے اور اصلی حالت پر واپس لانے کے لئے خود ماں کا بچّے کو دُودھ پلانا ایک بے نظیر علاج ہے۔ اِس قدرتی علاج کے ذریعہ پھیلا ہوُا رحم اور دیگر ساختیں بہت ہی جلد سُکڑ کر اپنی اصلی حالت پر واپس آجاتی ہیں۔ اور یہ اعضاء اِس فرض کی ادائیگی کے باعث نہایت ہی راحت و سکون میں رہتے ہیں۔ ان میں اجتماعِ خون نہیں ہوتا۔ اور ماہواری ایام رُکے رہتے ہیں۔ اِس کے برعکس جو عورتیں بلاوجہ دُودھ پلانا ترک کر دیتی ہیں، عرصہ دراز تک اُن کا رحم اور دیگر شاخیں مختلف رطوبات کا مرکز بنی رہتی ہیں۔ معمولی سبب بھی ایسی عورتوں کے رحم میں سیلانِ بیض اور سیلان صدیدی جیسے امراض پیدا کر دیتے ہیں۔ مختلف ممالک کے اعداد و شمار سے بھی پتہ چلتا ہے کہ اچھی صحت کے باوجود دُودھ نہ پلانے والی عورتوں کے مقابلہ میں امراض زیادہ رُونما ہوتے ہیں۔ علاوہ ازیں جو عورت اپنے بچّے کو دُودھ پلانا عار سمجھتی ہے، بہت ممکن ہے کہ وہ بہت جلد دوبارہ حاملہ ہو جائے جبکہ پہلی کمزوری ابھی رفع ہونے نہ پائے ؛

دُودھ کے علاوہ بچّہ کو وقفہ کے وقت میں تھوڑا پانی بھی پلانا چاہئے۔ ایسا پانی جوش دے کر کسی سرد صُراحی میں رکھیں۔ ضرورت پر اُس میں سے نکال کر بچّہ کو پلایا جائے ؛

اگر کسی وجہ سے بچّہ ماں کا دُودھ نہ پی سکے تو بچّہ کو تندرُست گائے کے دُودھ سے پرورش کیا جائے۔ تین حِصّے پانی اور ایک حِصّہ دُودھ ملا کر چُولھے پر گرم کریں۔ جب تین اُبال آ چکیں تو اُتار لیں۔ ٹھنڈا کر کے حسب ضرورت چینی ملا کر اور بوتل میں ڈال کر تین تین گھنٹے بعد پلاتے رہیں۔ بوتل اور بھٹنی یعنی نپل ہر بار دھو کر صاف کر لینی چاہئے۔ بوتل، نپل اور دُودھ کے برتن کی صفائی بچّہ کی صحت اور تنومندی کے لئے نہایت ضروری ہے۔ بلکہ اپنے ہاتھ صابن اور گرم پانی سے دھو کر دُودھ کے برتنوں کو لگانے چاہئیں۔ دُودھ ماں کے قدرتی دُودھ کے برابر گرم ہو۔ بوتل کا استعمال زیادہ سے زیادہ ایک سال کی عمر تک جائز ہے۔ اس کے بعد بچّہ کو چمچہ سے خوراک دینی چاہئے۔

کمشنر آف ہیلتھ مچگین (امریکہ) کی رائے میں جس بچّہ کی عمر ۵ مہینے کی ہے اور وزن ۵ سیر سے کم نہیں، اُسے گائے کا دُودھ دینے کی مندرجہ ذیل ترکیب بہترین ہے:۔

بغیر ملائی کا دُودھ ۲۲ اونس۔ آش جو (یعنی جَو کا پانی)، ۱۰ اونس۔ ڈیکسٹرن ماسٹوز ۳ اونس۔ یہ گویا کل ۵ خوراکیں ہیں۔ ۷ اونس کی ایک خوراک۔ (اونس ۲½ تولہ کا ہوتا ہے)۔

آش جَو بنانے کی ترکیب یہ ہے کہ ایک بڑا چمچہ جَو کا لے کر نصف سیر پانی میں جوش دیں۔ پھر چھان کر محفوظ رکھ لیں۔

دُودھ کے علاوہ پانچ چھ ماہ کے بچّہ کو سبزیوں کا شوربہ دیا جا سکتا ہے جس میں نمک کم ہو اور مرچ بالکل نہ ملائی جائے۔ ۹۔۱۰ مہینے کے بچّے کو آلو کا چھوٹا سا اُبلا ہوا ٹکڑا دیا جا سکتا ہے۔

ایک غلطی سے بچنا ہر سمجھدار انسان کا فرض ہے۔ وہ یہ ہے کہ جونہی بچّہ رویا

ماں نے اُسے دُودھ پلانا شروع کر دیا۔ اِس غلطی سے بچّے کی عادت بگڑ جاتی ہے۔ بچّہ کو جب تک وُہ دس پونڈ (۵ سیر) وزن کا نہ ہو جائے، ہر تین گھنٹے بعد دُودھ پلانا چاہیئے۔ جب دس پونڈ کا ہو جائے تو ہر چار گھنٹے بعد اُسے دُودھ پلایا جائے۔ اِس سے وہ تندرست رہتا ہے اور متعدی امراض، اسہال صفراوی وغیرہ امراض کے حملوں سے محفوظ رہتا ہے۔

سردیوں کے ایّام میں ننھے بچّوں کو بھی دھوپ کا غسل دینا مُفید ہوتا ہے بچّوں کو گاڑی یا پنگوڑے میں لٹا کر ایسی جگہ رکھنا چاہیئے جہاں اُن پر ہلکی ہلکی دُھوپ پڑتی رہے۔ مگر اُن کی آنکھوں پر براہِ راست سُورج کی شعاعیں اثر نہ ڈالتی ہوں۔ دُھوپ میں لٹاتے وقت اُس کا جسم اگر ننگا کر دیا جائے تو بہتر ہوگا۔ گرمیوں کے دنوں میں بھی علی الصُباح سُورج کی ہلکی دُھوپ میں لٹانا مُفید اثر پیدا کرتا ہے۔ بچّہ کو اتنی دیر دُھوپ میں لٹائے رکھیں جس سے بچّہ زیادہ گرم نہ ہو جائے اور وُہ تکلیف محسوس نہ کرنے لگے۔

بچّوں کو اگر دن میں دو تین بار پاخانہ ہو تو یہ صحت کی نشانی ہے۔ بچّوں کا پاخانہ عام طور پر زردی مائل چمک دار اور قدرے پتلا ہوتا ہے سمجھدار عورتیں بچّوں کو مقررہ اوقات پر پیشاب، پاخانہ کی عادت ڈال لیتی ہیں۔ اِس لئے جس طرح سے بچّوں کو دُودھ پلانے میں باقاعدگی کی ضرورت ہے اُسی طرح سے اُنہیں پاخانہ کی باقاعدگی کی بھی حاجت ہے۔

جب بچّہ کا وزن آٹھ پونڈ ہو جائے تو اُس وقت سے اُس کی ورزش کا زمانہ شروع ہو جاتا ہے۔ شام کے ۵-۶ بجے کے قریب بچّہ کو ایسے کمرے میں لٹا دیں جو نہ زیادہ گرم ہو نہ زیادہ سرد۔ اُس کے کپڑے اُتار دیں اور آہستہ آہستہ اُس کے جسم پر مالش کریں۔ کبھی پیٹھ کے بل لٹا کر اور کبھی پیٹ

کے بل - پھر اُسے موسم کے مطابق سُتھرے کپڑے پہنائیں - اُس وقت بچہ دُودھ پی کر فوراً گہری نیند سو جاتا ہے ٭

بچے اکثر پالنے یا چارپائی پر پڑا پڑا ٹانگیں چلاتا اور بازُو اُچھالتا رہتا ہے - کبھی سرہانے سے سرک کر پائنتی کی طرف لڑھک جاتا ہے اور کبھی دائیں بائیں گھُوم جاتا ہے - یہ اُس ننھی سی جان کے لئے قُدرتی کسرت ہے - اُسے اِس سے کبھی مت روکو جب تک کہ وہ آپ نہ ہٹ جائے - اِس کسرت سے اُس کے بازو، ٹانگیں اور جسم کے دیگر اعضاء توانائی و طاقت حاصل کرتے ہیں ٭

نوزائیدہ بچّہ کو دُودھ پلانے، غسل دینے اور پنگوڑہ میں لیٹ کر تھوڑی ورزش کرنے کے اوقات کے علاوہ جی بھر کر سونے کی عادت ڈالنی چاہئے - ابتداء میں اگر بچہ چوبیس گھنٹوں میں سے بائیس گھنٹے بھی سویا رہے تو مضائقہ نہیں، چھ ماہ کے بچے کے لئے بیس گھنٹے کی نیند ضروری ہے - ایک سال کی عمر کے بچّے کو سولہ گھنٹے سونا چاہئے - ایک سال سے لے کر دو سال کے بچّے کو رات کو بارہ گھنٹوں کی نیند کے علاوہ دن میں بھی دو چار گھنٹے سونا مُفید ہے پس اگر چھوٹے چھوٹے ننھے بچّے جی بھر کر سوئیں تو والدین کو گھبرانا نہ چاہئے ٭

ننھّے بچے روتے ہیں تو اُن کے پھیپھڑوں کی کافی ورزش ہو جاتی ہے - اِس لئے اگر بچّہ دن کے وقت کچھ دیر روئے تو یہ اُس کی تندرستی کی علامت سمجھنا چاہیئے ٭

بچوں کو تندرُست و موٹا تازہ بنانے والی لاثانی دَوا کا نُسخہ!

بانسہ ایک سیر - گاؤزبان پاؤ بھر - گُل نیلوفر پاؤ بھر - خوب کلاں ۱۰ تولہ - ملٹھی ۱۰ تولہ - سرطان نہری ۲ تولہ -

تمام ادویات کو گرد و غبار اور تنکوں وغیرہ سے صاف کر کے چار گنا پانی ملا کر چوبیس گھنٹے تک بھگو دیں۔ پھر ان کا عرق کشید کریں۔ عرق کی تیاری کے وقت بوتل کے مُنہ پر کافور کی چھوٹی سی پوٹلی باندھ دیں تاکہ جو گرم عرق کے قطرے گریں، وُہ کافور کی تاثیر کو لے کر بوتل کے اندر جائیں۔ جب چار بوتل عرق نکل آئے تو اس کو سنبھال لیں۔ پھر مندرجہ ذیل ترکیب سے شربت تیار کریں :-

ایک تولہ اَن بجھ چُونہ کو ایک سیر پانی میں بھگو رکھیں۔ چھ گھنٹے کے بعد اس کا پانی نتار لیں۔

اب چُونے کا پانی ایک بوتل، عرق ایک بوتل، مصری ڈیڑھ سیر سب کو ملا کر شربت تیار کریں۔ تیار ہو کر ٹھنڈا ہونے پر روز کلر کے چند قطرے ملا دیں تاکہ رنگت سُرخ ہو جائے۔

خوراک ایک ماشہ سے چار ماشہ تک بلحاظ عمر صبح و شام۔ بدہضمی، دُودھ اُلٹنا، دست، دن بدن بچّے کا کمزور ہو کر سُوکھتے چلے جانا، کھانسی، کالی کھانسی، دِق اطفال وغیرہ کو اکسیر ہے۔ بچّہ دنوں کے اندر موٹا تازہ ہو جاتا ہے ؂

بچّوں کی بیشمار بیماریوں کو دُور کرنے والا واحد نُسخہ

اِس کے استعمال سے بخار، کھانسی، بدہضمی، قبض، دُودھ اُلٹنا، پیٹ پھُولنا، دست، پیٹ کے کیڑے، خرابیِ خون، پھوڑے پھُنسی وغیرہ شکایتیں دُور ہو کر بچّہ دنوں میں موٹا تازہ ہو جاتا ہے۔ دانت نکلنے کے زمانہ کی تمام تکلیفوں کے لئے اکسیر ہے۔ ۲۰ سال کے عرصہ میں اِس دوا کی ۲۰ لاکھ

شیشیاں فروخت ہو چکی ہیں ÷

نسخہ - سنا رمکی ایک تولہ - گل سرخ ایک تولہ - گل بنفشہ ایک تولہ - مغز املتاس پانچ تولہ - آدھ سیر پانی میں جوش دیں - قوام گاڑھا ہونے پر نیچے اُتار لیں - پھر اس میں نصف وزن شہد خالص ملا لیں - بس تیار ہے ÷

ایک دن سے لے کر ایک سال تک کے بچے کو پندرہ پندرہ بوند - دو سے چار سال والے کو پچیس پچیس بوند - ۵ سے لے کر ۱۲ سال کے بچہ کو تیس تیس بوند صبح و شام قدرے گرم پانی ڈال کر پلائیں - اگر بچے کو دست آ رہے ہوں تو سرد پانی سے دیں - قبض کی صورت میں دوا کی مقدار دگنی کر کے گرم پانی سے دیں - تھوڑی سی دوا انگلی سے مسوڑھوں پر مل دی جائے تو دانت آسانی سے نکل آتے ہیں ÷

بچوں کی تقریباً ہر بیماری کے لئے مجرب ہے - دودھ الٹنا، بدہضمی، ہرے پیلے رنگ کے دست، قبض، دانت نکالنے کے زمانہ کی تکالیف، سوکھا وغیرہ مرض میں اکسیر ہے ÷

پلوا پیپا کاک ریڈک نصف اونس - کیلومل ایک اونس - پلورہا لی تین اونس سوڈا بائی کارب چار اونس - سب کو ملا کر ایک جان کر لیں - بس تیار ہے - اگر بچے کو دست آ رہے ہوں تو اس کی خوراک حسب عمر ایک چاول سے چار چاول اور دوسری بیماریوں میں ایک رتی سے چار رتی ÷

آٹھواں باب

گرہست کی گتھیاں

بیوی کے دِل کی بھوک کیسے مٹ سکتی ہے؟

کیا جادو ہوتا ہے شادی میں! شادی ہوئی نہیں کہ وہ جوان لڑکی جو اپنے والدین کے پُر شفقت سایہ میں پل کر بڑی ہوئی تھی اور والدین کے ساتھ اپنی جس محبّت کو اب تک نہایت فخر کی شے سمجھتی رہی تھی، یک لخت بلا جھجک چھوڑ دیتی ہے۔ نہ صرف ماں باپ کے پیار کو ہی چھوڑ دیتی ہے، بلکہ اُن چھوٹے چھوٹے بھائیوں اور اُن چھوٹی چھوٹی بہنوں کے پیار کو بھی، جن کے ساتھ وہ اب تک کھیلتی رہی تھی اور جن کی دلفریب اور شیریں مُسکراہٹ اُس کی زندگی کا ماحصل تھا، اپنے رُوبرو سے ہٹا دیتی ہے۔ اُس گھر اور اُس گھر کی ہر شے کو بھی نہایت بے رحمی سے ترک کر دیتی ہے جن میں وہ پیدا ہوئی تھی اور جن کو وُہ اب تک نہایت دلچسپی سے جمع کرتی رہی تھی۔ وُہ چھوڑ ہی نہیں دیتی بلکہ رفتہ رفتہ فراموش بھی کر دیتی ہے اور محض ایک دُھندلی سی یاد کا عکس اُس کے دل میں باقی رہ جاتا ہے۔

اُس کا یہ عظیم ایثار اپنے شوہر کے لئے ہوتا ہے۔ دُوسرے لفظوں میں یُوں کہہ سکتے ہیں کہ شوہر ایک ایسا راستہ ہے جس کو حاصل کر کے عورت کائنات کے اِرتقاء اور زندگی کی تعمیر کا صحیح راستہ اختیار کرتی ہے۔ لہٰذا عورت کا عظیم ایثار شوہر کو حاصل کرنے کے لئے ہی ہوتا ہے۔ عورت

شادی کے تخت و تاج پر بیٹھ کر اپنے شوہر کے لئے ہی اپنے ماں باپ، بھائیوں اور بہنوں کو چھوڑ دیتی ہے۔ وہ جس وقت شادی کے سلسلہ میں بندھ جاتی ہے تو چاروں طرف سے اپنی محبت اور اپنے ارمانوں کو سمیٹ کر، اُنہیں وہ صرف اپنے شوہر کے گرد ہی مرکوز کر دیتی ہے۔ شادی ہو جانے پر اُس کا شوہر ہی اُس کی زندگی کی بنیاد ہوتا ہے۔ اور وہ اُس تک رسائی حاصل کرنے کے لئے اتنا بڑا بھاری ایثار بھی کرتی ہے! اتنا بڑا بھاری ایثار کر کے عورت جب مرد کے پاس آتی ہے تو اُس کے دل میں اُن ارمانوں اور آرزوؤں کا پیدا ہونا نہایت قدرتی امر ہے جن کے لئے اُس کا خیال ہوتا ہے کہ اُس کا شوہر ضرور پورا کرے گا۔ شوہر کو بیوی کی اِن آرزوؤں اور ارمانوں کا راز سمجھنا چاہیئے۔

بیوی جب اتنا بڑا ایثار کر کے شوہر کے پاس آتی ہے تو محض اس لئے نہیں آتی کہ وہ دن رات شوہر کی خدمت کی آگ میں جل جائے اور شوہر اُس کے لئے کچھ بھی نہ کرے، وہ ہمیشہ آہنی کل کی طرح شوہر کے اشاروں پر ناچتی رہے اور شوہر اُسے اپنے دل کی ہمدردی بھی نہ دے! جو شوہر ایسا کرتے ہیں، وہ غلطی کرتے ہیں اور ازدواجی زندگی کی راہ میں دھوکا کھاتے ہیں۔ آج نہ معلوم کتنے مردوں کی ازدواجی زندگی اِسی لئے زہر آلود ہو چکی ہے آج نہ معلوم کتنے ہرے بھرے گھرانے محض اسی لئے دھو دھو کر کے جل رہے ہیں اور نہ معلوم کتنے شوہروں کی زندگی ایک عذاب بن چکی ہے! میں ایسے کئی اصحاب کو جانتا ہوں جو دن رات اِسی تشویش میں گھٹے جاتے ہیں کہ اُن کی رفیقۂ حیات کو کیا ہو گیا ہے؟ شادی کے بعد جب وہ گھر میں آئی تھی تو بڑی ہنس مکھ تھی۔ نہایت مسرور تھی۔ جب دیکھو، دلی محبت اُنڈیلتی رہتی تھی لیکن کچھ ہی دنوں میں اُس کی ہنسی خشک ہو گئی اور اُس کی محبت کا

درخشاں مہتاب ماند پڑ گیا! اب نہ وُہ ہنسی ہے نہ خوشی ہے اور نہ گفتگو میں وُہ لطافت! اُن کی بیوی میں یہ تبدیلی کس طرح ہوئی؟ جانتے ہو؟ اُن کی بیوی جب اپنا دل نثار کرنے کے لئے خود اُن کی آستاں تک آئی تھی تو اب وُہ کیوں اپنے دِل کا سرمایہ اُن سے چھپا رہی ہے؟ جانتے ہو اُس کے دِل کا غنچۂ محبت کیوں مُرجھا رہا ہے؟ اور جانتے ہو اُس کے دِل کا بحرِ بیکراں محبت کے چاند کو دیکھ کر کیوں مدوجزر نہیں اُٹھاتا؟ اِس لئے کہ شوہر نے بیوی کے دِل کو سمجھنے میں غلطی کی۔ بیوی جب شوہر کے دروازے پر آئی تو اُس نے اِس کا یہ مطلب سمجھا کہ وُہ کسی سہارے کی تلاش اور خدمت کی تیز آگ میں جلنے کے لئے ہی آئی ہے۔ بلاشبہ وُہ خدمت کا ایک عظیم عہد لے کر آئی ہے لیکن شوہر نے سمجھنے میں یہ غلطی کی کہ آخر خدمت کی راہ پر گامزن ہونے کے لئے بھی تو کسی طاقت کی ضرورت ہوا کرتی ہے، وہی طاقت وُہ اپنے شوہر سے حاصل کرنا چاہتی ہے بیوی جس کٹھن ریاضت کی راہ پر چلتی ہے، وُہ چاہتی ہے کہ اُس کا شوہر اُس کی کامیابی کے لئے ہر وقت صدقِ دل سے دست بدُعا رہے۔ اُس کے دِل میں اُمنگیں بھر کر اُسے مضبوط و توانا بنایا کرے۔ شوہر جب اِتنا بھی نہیں کرتا تو وُہ اُکتا جاتی ہے۔ اُکتا اس لئے جاتی ہے کہ اُس کے دِل کی بھوک نہیں مٹتی۔ اور بھوک نہ مٹنے کی وجہ سے اُس میں اپنا آپ قربان کر دینے کی طاقتیں ناکارہ ہو جاتی ہیں، کمزور پڑ جاتی ہیں؛

شوہر کو یہ جاننے کی کوشش کرنی چاہیے کہ جو بیوی اپنے ماں باپ بھائیوں اور بہنوں کے بے پایاں پیار و محبّت کو چھوڑ کر آئی ہے، آخر کیا چاہتی ہے؟ وُہ کیوں شوہر کے پاس آئی اور کس غرض سے اُس نے اِتنا شاندار ایثار کیا؟ اگر شوہر اس بات پر بخوبی غور کرے تو اُس کے دِل میں اپنی بیوی کیلئے ہمدردی

کا چشمہ اُمڈ پڑے گا۔ اور وہ اپنی بیوی سے ممکن الوقوع محبت کرنے لگے گا۔ جس کا نتیجہ یہ ہوگا کہ اُس کی دُنیا میں مسرت اور سُکھ کے بادل برسیں گے اور نشاط و انبساط کی ہوا بہے گی لیکن حقیقت تو یہ ہے کہ بیوی کے اِس ایثار پر شوہر کی نگاہ ہی نہیں جاتی۔ نہ اُس کے عظیم ایثار کی طرف خیال جاتا ہے اور نہ اُس کے دِل کی بھُوک کو سمجھنے کی کوشش ہی کی جاتی ہے ۔

بیوی کے دِل کی بھُوک بڑی عجیب و غریب ہوتی ہے۔ وُہ اپنے دِل کی بھُوک کو لے کر ہی شوہر کے گھر آتی ہے۔ اُس کے دِل کا ایک اور بھی عجیب خاصہ ہے۔ وہ اپنے دِل کی بھُوک کو ظاہر کرنا نہیں جانتی۔ خواہ اُسے اس بھُوک کے سیر نہ ہونے پر بیتاب و بیقرار ہی ہونا پڑے یا تشنہ رہنے پر اُسے اپنے شوہر سے اپنے دِل کا خزانہ چھُپانا ہی پڑے اور خواہ وُہ بے اطمینانی کی شعلہ بار آگ میں جل کر مر جائے لیکن وہ اپنی زبان سے یہ کہنا نہیں چاہتی یا کہنا نہیں جانتی کہ وُہ تشنہ ہے اور اُس کا دِل بھُوک سے بیتاب ہو کر چھٹپٹا رہا ہے۔ شاید اس کا دِل اس بات کے لئے بیقرار رہتا ہے کہ اُس کا شوہر خود اُس کی بھُوک کا احساس کرے اور احساس کرنے کے بعد اُسے سیر کرنے کی کوشش کرے۔ اگر ہم عورت کے دِل کے اِس ارمان کو بھی اُس کے دِل کی بھُوک ہی کہیں تو ناموزوں نہ ہوگا۔

عورت کیا چاہتی ہے؟

ہر شوہر کے لئے لازم ہے کہ وُہ عورت کے دِل اور دل کی رفتار پر ہمیشہ نگاہ رکھے۔ بیوی اکثر سلوک سے ہی اپنے دِلی جذبات کو اپنے شوہر پر ظاہر کر دیتی ہے۔ بیوی کے سلوک میں جس طرح اُتار چڑھاؤ ہو، شوہر کو چاہئے کہ وُہ اُسی کے مطابق بیوی کو سمجھنے کی کوشش کرے۔ اگر بیوی اچانک تنگ ہو اُٹھے یا

اُس کے روزمرّہ کے افعال میں کوئی غیر معمولی تبدیلی نظر آئے تو شوہر کو چپکے چپکے نہایت احتیاط اور ہوشیاری کے ساتھ یہ جاننے کی کوشش کرنی چاہیئے کہ بیوی میں آخر انقلاب کا یہ طوفان کیوں اُٹھ کھڑا ہوا ہے۔ یقیناً ہی، انقلاب کے اِس طوفان کی تہ میں شوہر کا کوئی ایسا سلوک ہوگا۔ شوہر کو اِس تبدیلی کا راز معلوم کرنے کے لئے اپنے سلوک کا جائزہ لینا چاہیئے۔ شوہر نے یا تو اُس کے دل کی بھوک کو نہ سمجھا ہوگا یا اُس نے اپنے کسی سلوک سے اُس کے دل کو ٹھکرایا ہوگا۔ اگر شوہر با احتیاط اپنے سلوک پر غور کریگا تو بیوی کی ناراضگی کا باعث اُس پر صاف طور سے عیاں ہو جائیگا۔ اور وہ اگر سنبھلنا چاہتا ہے تو سنبھل سکتا ہے۔ اپنی دُنیاءِ حیات کو تباہی کی آگ میں جلنے سے بچا سکتا ہے ؛

آخر عورت کے دِل کی وُہ کونسی بھوک ہے جس کیلئے وہ شادی کے سلسلہ میں بندھ جاتی ہے اور جس کے سیر نہ ہونے پر وُہ اپنی زندگی کے رفیق پر بھی غصّے ہو اُٹھتی ہے؟ عورت کے دل کی وہ بہت بڑی بھوک ہے۔ اُسے کہتے ہیں پتی کا پریم! شوہر کی محبت کے لئے ہی عورت اِتنا عظیم ایثار کرتی ہے اور اُسی کے لئے وُہ اپنے بھائیوں اور بہنوں کے پیار کو بھی ٹھکرا دیتی ہے۔ وُہ عورت کے دِل کا سرمایہ ہے، اُس کے دِل کا اِفتخار ہے اور اُس کی رُوح کا استقلال ہے۔ عورت شوہر کی محبت کی ہی شاخ پر بیٹھتی ہے اور اُسی شاخ کو پکڑ کر زندگی بھر جھُولتی رہتی ہے۔ وُہ اُسی کے بل بوتے پر کٹھن سے کٹھن منزل کو بھی پار کر لیتی ہے، زندگی کی جھاڑیوں سے نکل جاتی ہے۔ وُہ چاہتی ہے کہ خواہ اُس کا سب کچھ جاتا رہے، سب کچھ چھن جائے، سب کچھ لُٹ جائے، لیکن وُہ یہ نہیں چاہتی کہ اُس کے سرمایۂ حیات پر کوئی ڈاکہ ڈال دے۔ اپنے اس سرمایۂ حیات کو بچانے کے لئے وُہ بیدار بھی رہتی ہے اور محتاط بھی رہتی ہے۔ اُس کی

آنکھ نہایت ہوشیاری سے شوہر کے دِل میں گھس کر ٹٹولتی رہتی ہے کہ شوہر اُسے اپنے دِل کی حقیقی محبّت دے رہا ہے یا نہیں ؟ اگر وہ شوہر کی محبت کے اس عطیہ میں رتّی بھر بھی بخل دیکھتی ہے تو تنگ ہو اُٹھتی ہے اور بہت زیادہ غصّے میں آجاتی ہے۔ اگر اُس کے اِس سرمایۂ حیات پر کوئی ڈاکہ ڈالنے یا چھیننے کی کوشش کرتا ہے تو اُس میں جتنی طاقت ہوتی ہے، وہ اُس کے ساتھ مخالفت کرنے کے لئے کمر بستہ ہو جاتی ہے۔ سچ بات تو یہ ہے کہ عورت اُس شئے کو کھو کر زندہ ہی نہیں رہ سکتی۔ سُکھ اور اطمینان کی زندگی کی گھڑیاں گذار ہی نہیں سکتی ؛

مَیں ایسی بے شمار عورتوں کو ذاتی طور پر جانتا ہُوں جنہوں نے زندگی بھر کنواری رہ کر عمر گزارنے کا ارادہ کیا۔ بلاشبہ وہ نہایت جُرأت اور استقلال کے ساتھ تنہا ہرا زندگی پر آگے بڑھیں۔ مگر کچھ ہی دُور جانے پر اُن کا مضبوط دِل ہمّت ہار بیٹھا۔ اُن کے اِرادوں کے تار ٹوٹ گئے۔ اور اُن کے دِل کے کونے میں مرد کی محبّت کا ارمان بیدار ہو اُٹھا۔ اِس قسم کی مَیں کئی عورتوں کو جانتا ہُوں جو نہایت اچھّے گھرانوں کی ہیں۔ لیکن اس کے باوجود بھی شوہر کی محبّت نہ ملنے کی وجہ سے رات دِن اُداس رہتی ہیں۔ عیش و نشاط کی گود میں رہنے پر بھی اُن کے ہونٹوں پر تبسّم کا نام تک نظر نہیں آتا۔ سُکھ کے لوازمات سے محصُور رہنے پر بھی اُن کے کیف کا سرچشمہ ہمیشہ خشک ہی رہتا ہے اور ہر ایک پہلُو سے مکمل ہونے پر بھی دِل رات دِن تشنگی کے سمندر میں غرق رہتا ہے۔ گویا اُن کا کچھ لُٹ گیا ہو، اُن کی زندگی کا کچھ کھو گیا ہو۔ اور وہ اُس کی تشویش میں دُکھ کی آہیں بھرا کرتی ہیں۔ سچ مچ ہی اُن کی زندگی کا کچھ کھو گیا ہے۔ سچ مچ ہی اُن کا کچھ لُٹ گیا ہے۔ اور وہ ہے اُن کی زندگی کا سرمایہ، اُن کے پتی کا پریم! درحقیقت بات تو یہ

ہے کہ بیوی شوہر کی محبت سے محروم ہو کر زندہ ہی نہیں رہ سکتی۔ اُس کے دل کی یہ سب سے بڑی غذا ہے۔ اور اِس غذا کو کسی نہ کسی طرح حاصل کر کے ہی وہ مطمئن ہو سکتی ہے ؛

ہوشیاری کی ضرورت

شوہر کو بیوی کے دل کی اِس بھوک کو سمجھنا چاہیئے۔ اور اُسے اپنے دل کی حقیقی محبت اپنی بیوی کو عطا کرنی چاہیئے۔ اُسے اپنے ہر ایک سلوک میں اپنے دل کی محبت کا اظہار کرنا چاہیئے۔ اُسے اپنی بیوی کے دل پر یہ بات نہایت مضبوطی سے نقش کر دینی چاہیئے کہ اُس کا شوہر اُسے سچے دل سے محبت کر رہا ہے۔ ایمانداری کے ساتھ اُسے اپنی دِلی محبت عطا کر رہا ہے۔ محبت کے متعلق بیوی کے دل میں کسی بھی حالت میں شک کا جذبہ پیدا ہونے نہ دیا جائے۔ محبت کے معاملہ میں بیوی نہایت شکی المزاج واقع ہوئی ہے۔ شوہر نے محبت کے عطیہ میں جہاں کوئی کمی ظاہر کی یا اُس کے سلوک میں کچھ تبدیلی ہوئی، وہ فوراً ہی دِل ہی دِل میں اپنے شوہر پر شک کر بیٹھتی ہے۔ اور رفتہ رفتہ اُس کے دل کا شک جڑ پکڑ لیتا ہے۔ بیوی کے دِل کی یہ حالت بڑی خطرناک ہوتی ہے۔ اور اس سے بھی کبھی لہلہاتی ہوئی زندگی کا سرسبز و شاداب باغیچہ خشک ہو جاتا ہے۔ بہت سے لوگ ایسا کرتے ہیں کہ دِل میں تو کچھ اور لئے رہتے ہیں۔ لیکن بیوی کو خوش کرنے کے لئے کچھ اور ہی قسم کی باتیں کرتے ہیں۔ اس کا لمحاتی انجام خواہ آرام دہ اور پُر اطمینان ہو لیکن بالآخر اس کا انجام بھی نہایت خطرناک ہوتا ہے۔ کیونکہ اِس حقیقت سے کسی کو اِنکار نہیں کہ دھوکا اور فریب ہمیشہ پردے میں چھپا نہیں رہتا۔ ایک نہ ایک دن وہ ضرور ہی ظاہر ہو جاتا ہے۔ شوہر اور بیوی

کے سلوک میں جب یہ ظاہر ہوتا ہے تو دِل پر اس کا بہت بُرا اثر پڑتا ہے۔ ازدواجی زِندگی مکمل طور پر ایمانداری اور اعتقاد کی زندگی ہے۔ یہاں دھوکا اور فریب کا گذارہ نہیں ہو سکتا۔ جو لوگ دھوکا اور بے اعتقادی کو لے کر اس راہ میں قدم بڑھاتے ہیں، وہ گِر پڑتے ہیں۔ در در ٹھوکریں کھاتے ہیں اور دُنیا میں مذاق کا مضمون بنتے ہیں ؛

جس عورت کی یہ بھوک پُوری ہو جاتی ہے، اُس میں زندگی کی حرارت اِس زور سے دوڑتی ہے کہ وُہ شوہر کے ساتھ ہنسی خوشی بڑے بڑے ریگستانوں کو بھی پار کر لیتی ہے۔ دُکھ کے پربتوں کو بھی عبور کر جاتی ہے۔ حیرت اُس وقت ہوتی ہے جب یہ دیکھا جاتا ہے کہ امیر اور دولتمند کی بیوی تو تپتی ہوئی ریت میں پڑے ہوئے غُنچہ کی مانند سُوکھی جا رہی ہے، نہ اُس میں جوش ہے نہ اُمنگیں۔ گویا زندگی سے اُکتا کر موت کے لئے دُعا مانگ رہی ہو! اِس کے خلاف ایک مفلس و نادار کی بیوی جو گوناگوں محرومیوں سے محصُور ہے، جو مصائب و آلام سے پامال ہے اور جو دن رات تکلیفوں سے کھیلتی رہتی ہے، استقلال کے ساتھ زندگی کے سفر پر بڑھتی جا رہی ہے۔ ایک دن پڑوس کی ایک ایسی ہی عورت سے جب میں نے دریافت کیا کہ تمہیں کبھی تکلیف کا احساس نہیں ہوتا؟ کیا محرومیوں سے گھری رہنے پر بھی تمہارے دِل کو پریشانی معلوم نہیں ہوتی؟ اُس نے میرے اِن سوالات کا جو جواب دیا اُسے تو سُن کر میں دنگ رہ گیا! اُس نے کہا۔ "تکلیف اور پریشانی کیوں معلوم ہو؟ خیریت سے رہیں وُہ۔ میں تمام مشکلات پر عبور حاصل کروں گی"۔ اُس کے اِن الفاظ میں اُس کے شوہر کے لیے کتنی محبت مضمر تھی! دُوسرے لفظوں میں اُس کے دِل میں کتنا سکون ہے، کتنا اطمینان ہے! یہ کس

چیز کا اطمینان ہے؟ کس چیز کا سکون ہے! پتی سے پریم کا۔ اُس کے مُفلس شوہر نے اپنے دِل کی حقیقی محبّت عطا کر کے اُس کے دل کو معمُور کر دیا ہے اور اُس کی رُوح کو مضبوط بنا دیا ہے۔ شوہر کی محبّت کی طاقت کے بل بوتے پر ہی وُہ آلام و مصائب کی پُر خار جھاڑیوں کو پار کرتی جا رہی ہے اور دیوانہ وار ریگستانوں کو عبور کرتی جا رہی ہے ؛

آپس کی اَن بَن

کتنے تعجب کی بات ہے کہ جو میاں اور بیوی بڑے شوق اور اُمنگ سے ایک رِشتے میں بندھے تھے اور جنھوں نے صحت اور حوصلہ سے اپنا سفر شروع کیا تھا، وُہ تھوڑی ہی دُور چل کر تھک جاتے ہیں۔ نہ شوہر کے دِل میں وَلوَلہ رہ جاتا ہے نہ بیوی کے دِل میں اُمنگ! دونوں کسی نہ کسی طرح اپنا سفر جاری رکھنے کی کوشش کرتے ہیں، لیکن دبے ہوئے دِل سے، درد بھرے ہوئے دِل سے! کہاں ایک دِن وُہ تھا جب دونوں ایک دُوسرے کو دیکھنے کے لئے ترستے رہتے تھے، موقعہ ملتے ہی ایک دُوسرے کی طرف دَوڑ پڑتے تھے جیسے کسی بندھ سے رُکے ہوئے دھارے۔ راتیں باتوں ہی باتوں میں ختم ہو جاتی تھیں۔ اور دِن انتظار کے سُنہرے تصوّر میں! لیکن اب دل میں اُمنگ ہے نہ وَلوَلہ، دونوں ایک دُوسرے کے لئے بار سے معلوم ہوتے ہیں۔ مرد سوچتا ہے کہ میرے گلے کوئی مصیبت آپڑی! میں کس قید میں آپھنسا! وہ آزاد زندگی اور یہ جھگڑے جھمیلے! یہ بھی کوئی زندگی ہے؟ اُدھر بیوی کے دِل میں بھی آندھی اُٹھ کھڑی ہوتی ہے۔ وُہ بھی سوچنے لگتی ہے کہ کیسی دُکھ بھری ہے یہ زندگی! سارا جسم گھر کی دیکھ بھال کی آگ میں جل گیا۔ جسے دیکھو وُہ چاہتا

ہی چاہتا ہے، مانگتا ہی مانگتا ہے۔ کس کس کے لئے مروں؟ بھاڑ میں جائے ایسی زندگی! کیا اسی کے لئے میں نے ماں باپ کی محبّت کو چھوڑا؟ اور کیا اِسی لئے میں نے یہ پھانسی کا پھندا گلے سے لگایا؟ دونوں کے دلوں میں اِن خیالات کے اُٹھنے کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ دونوں ایک دُوسرے کے زبردست مخالف بن جاتے ہیں۔ جُوں جُوں یہ خیال مستحکم ہوتا جاتا ہے، وہ ایک دُوسرے سے ہٹتے جاتے ہیں۔ اور پھر اتنی دُور ہٹ جاتے ہیں کہ ایک دُوسرے سے ملنے کو کون کہے، ایک دُوسرے کو دیکھنا تک پسند نہیں کرتے!

ایسی حالت میں شوہر اور بیوی کی زندگی عجیب ہو جاتی ہے۔ بات بات میں باہم لڑ جانا اُن کی زندگی کا اہم کام سا بن جاتا ہے۔ نہ شوہر کو بیوی کی فکر رہتی ہے نہ بیوی کو شوہر کی۔ دونوں ایک ہی گھر میں رہتے ہوئے بھی ایک دُوسرے کو بھُولے سے رہتے ہیں۔ شوہر نے گھر میں قدم رکھا نہیں کہ بیوی چیخنے لگتی ہے۔ اور بیوی نے دبی زبان سے بھی کوئی چھوٹی سی فرمائش کی نہیں کہ شوہر اُبل پڑتا ہے۔ ہر لمحہ دونوں ایک دُوسرے سے کھنچے کھنچے سے رہتے ہیں اور کبھی کبھی آپس میں ٹکرانے بھی لگتے ہیں۔ کبھی کبھی تو یہ کشیدگی مار پیٹ تک کی شکل اختیار کر لیتی ہے۔

لڑائی کیسے شروع ہوتی ہے؟

میرے پڑوس میں ایک بھلے آدمی رہتے ہیں۔ نام دینا ناتھ ہے۔ بڑے سمجھدار ہیں۔ ہر بات پر نہایت سنجیدگی سے غور کرتے ہیں اور سنبھل سنبھل کر چلتے ہیں۔ لیکن اُن کی اپنی بیوی کے ساتھ نہیں بنتی۔ جب دیکھو، دونوں میں اَن بن ہوتی ہی رہتی ہے کبھی کسی بات کی بنا پر کبھی کسی بات کی بنا پر۔ ایک دن باتوں

ہی باتوں ہی دونوں میں زیادہ بات بڑھ گئی۔ اور بات میرے کان تک پہنچی۔ دوست ہونے کے رشتے سے میں دیناناتھ سے ملا اور پوچھا کہ آخر بات کیا ہے؟ آپ لوگ کیوں لڑتے ہیں؟ تو اُنہوں نے بگڑ کر جواب دیا۔ "اجی جناب! یہ عورت وقت اور سلیقے سے کام کرنا جانتی ہی نہیں۔ یہ نہیں سوچتی کہ کس وقت کونسا کام کرنا چاہیئے اور کونسا کام نہ کرنا چاہیئے؟ آج سویرے جب میں پوجا پر بیٹھا تو لگی بچے کو مارنے۔ مجھ سے رہا نہ گیا اور مَیں بھی بگڑ گیا۔ ایک بات مُنہ سے نکلی نہیں کہ خود ہوا سے باتیں کرنے لگی۔" میں چُپ ہو گیا اور سوچنے لگا کہ اِس چھوٹی سی وجہ نے اِن دونوں کو کتنا مشتعل کر دیا ہے۔ یقیناً اس طرح کے اَور اسباب ہوں گے جن سے یہ ہر روز مشتعل ہوتے ہیں۔ آپس کی کشیدگی اور شکر رنجی کی آگ لگا کر زندگی کو دُکھوں کا گہوارہ بنا لیتے ہیں!

میرے ایک دُوسرے دوست ہیں گیان بابُو۔ پڑھے لکھے ہیں۔ سمجھدار ہیں۔ بیوی بھی خوش قسمتی سے پڑھی لکھی ملی ہے لیکن بدقسمتی کی بات یہ ہے کہ دونوں میں کشیدگی کی آگ بھڑک اُٹھی ہے اور دونوں اِسی میں دن رات جلتے رہتے ہیں۔ ایک دن اُن کی بیوی اپنے گھر سے رُوٹھ کر جب میری بیوی کے پاس میرے گھر آئی تو میں نے اُس سے پوچھا کہ آخر آپ کے ہاں کیوں جھگڑا ہوتا ہے؟ پہلے تو اُس سے کوئی صاف جواب دیتے نہ بنا۔ لیکن پھر اُس نے بتایا کہ "آج کے جھگڑے کا سبب یہ ہے کہ اُن کے آفس چلے جانے پر میں نے پھیری والے سے کچھ کپڑے خرید لئے تھے۔ جب شام کو وہ آفس سے لَوٹ کر آئے تو میں اُنہیں دکھانے کے لئے اُن کے پاس کپڑے لے گئی۔ لیکن کپڑے دیکھنے کو کون کہے۔ وُہ بگڑ اُٹھے کہ میں نے پھیری والے سے کپڑے کیوں لئے؟ اور لگے لال پیلے ہونے۔ پھر مجھ سے بھی نہ رہا گیا۔ اور میں نے بھی جو سمجھ میں آیا، اُن کا جواب دیا۔" اُس کی

باتوں سے یہ بھی معلوم ہوُا کہ گیان بابو جو کچھ کما کر لاتے ہیں، اپنے ہی پاس رکھتے ہیں۔ اپنے پاس رکھنا بُرا نہیں ہے۔ بُرا تو یہ ہے کہ اس کا کچھ حصّہ بیوی کو نہیں دیتے۔ اور جب بیوی اپنے لئے کچھ مانگتی ہے یا کبھی کچھ خرچ کر دیتی ہے تو بگڑ اُٹھتے ہیں۔ اُن کے گھر میں باہمی کشیدگی کا ایک یہ بھی سبب ہے ؛

ایک تیسرے صاحب ہیں جن کی بیوی بیحد سیر بانہ ہے۔ میاں آفس گئے نہیں کہ وُہ بھی اپنا دِل بہلانے کیلئے اپنی سہیلیوں کے پاس چلی جاتی ہے۔ اُس کا یہ آنا جانا شوہر کو بہت ناگوار گزرتا ہے۔ اور آئے دن اسی بات کو لے کر وُہ اُلجھے رہتے ہیں۔ کبھی کبھی اسی بات پر اِتنے اُلجھ پڑتے ہیں کہ اپنے غصّے کی آندھی سے بیوی کے دِل میں بھی غصّے کی آگ بھڑکا دیتے ہیں۔ پھر کیا، دونوں میں کہا سُنی ہونے لگتی ہے۔ اِس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ کبھی شوہر صاحب الگ جا بستے ہیں اور کبھی بیوی صاحبہ۔ بچّے برباد ہو رہے ہیں۔ گرہستی بگڑی جا رہی ہے لیکن میاں اور بیوی اپنی اپنی آن کو نہیں چھوڑ رہے ہیں ؛

ایک اَور شخص ہیں۔ نہایت خوش طبع اور تفریح پسند ہیں۔ جب دیکھو سیر و تفریح کیلئے نکلے ہی رہتے ہیں۔ شاید ہی کوئی ایسی فلم ہو جسے شہر میں آنے پر نہ دیکھتے ہوں۔ شہر میں ہونے والا شاید ہی کوئی ایسا جلسہ ہو جس میں آپ حصّہ نہ لیتے ہوں۔ دوستوں کا حلقہ بھی عجیب ہی ملا ہے۔ بالکل ویسا ہی جیسے آپ ہیں۔ شام ہوتے ہی دوستوں کی ٹولی آ جمتی ہے اور گُل چھرّے اُڑنے لگتے ہیں۔ گھر پر جی نہ بھرا تو دوستوں کے ساتھ باہر نکل جاتے ہیں۔ رات رات بھر غائب رہتے ہیں۔ بیوی جب کچھ کہتی ہے تو بگڑ جاتے ہیں۔ کہتے ہیں تمہیں میری ان باتوں سے کیا واسطہ؟ مَیں باہر جو چاہے کروں۔ گھر تمہارے لئے چھوڑ دیا ہے۔ تم گھر میں رہو اور آرام سے زندگی گزارو۔ میری باتوں یا میرے کاموں میں دخل دینا تمہارا کام نہیں"۔ لیکن

ان کی اس ہدایت پر بھی بیوی دخل دیتی ہی ہے۔ اُسے مجبور ہو کر مُنہ کھولنا ہی پڑتا ہے۔ اس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ بیوی نے جہاں کچھ کہا نہیں کہ بس آپ بگڑ اُٹھے! اگر بیوی نے ضبط کر لیا تو ٹھیک ہے ورنہ شکر رنجی کی آگ بھڑک اُٹھتی ہے اور دونوں اسی آگ میں جلنے لگتے ہیں۔ زندگی کو جلا کر تباہ و برباد کرتے رہتے ہیں!

ان گھروں کی تصویریں میں نے اس لئے پیش کی ہیں تاکہ معلوم ہو کہ شوہر اور بیوی کے جھگڑوں کے اسباب کتنے چھوٹے چھوٹے اور کتنے معمولی ہوتے ہیں ازدواجی زندگی کے راستے سے دُور رہنے والا اس بات کا تصوّر بھی نہیں کر سکتا کہ سُکھوں کی تلاش میں نکلنے والے شوہر اور بیوی ان چھوٹی چھوٹی باتوں میں پڑ کر آپس میں لڑتے ہونگے اور لڑ کر اپنی زندگی کو دُکھوں کا جہنم بنا لیتے ہونگے! لیکن حیرت تو یہ ہے کہ پھر بھی بیوی اور شوہر لڑتے ہیں اور ازدواجی زندگی کے ضابطوں کی خلاف ورزی کر کے اپنی راہ کو کانٹوں بھرا راستہ بنا لیتے ہیں۔ کچھ اَن پڑھ اور بے سمجھ ہی نہیں لڑتے، بڑے بڑے سمجھدار اور تعلیم یافتہ لوگوں کا یہی حال ہے! بلکہ سچ تو یہ ہے کہ اَن پڑھ اور بیوقوف لوگ اِس معاملے میں بھی دُوسرے معاملات کی طرح تعلیم یافتہ لوگوں سے بہت پیچھے ہیں۔ اَن پڑھ اور بیوقوف تو لڑنے کے بعد آپس میں مِل بھی جاتے ہیں۔ جب تعلیم یافتہ اور مہذّب شوہر اور بیوی آپس میں لڑتے ہیں تو مسلسل لڑتے ہی جاتے ہیں اور بالآخر ایک دن ایک دُوسرے کو چھوڑنے کیلئے آمادہ ہو جاتے ہیں۔

تعلیم یافتہ بنام غیر تعلیم یافتہ جوڑے

آج یورپ اور امریکہ کے تعلیمیافتہ اور مہذب لوگوں کی ازدواجی زندگی پر نظر ڈالو۔ دِن رات طلاقوں کی بھرمار! باہمی کشیدگی کو دیکھتے ہوئے یہ نہیں کہا جا سکتا کہ اُن ممالک کے مرد اور عورتیں اُن سے کہیں اچھّے ہیں جنہیں وہ غیر مہذّب کہتے ہیں۔

وہ چاہے جس حالت میں رہتے ہوں لیکن اُن کی طرح شادی کے اہم رشتے کو توڑنے کے لئے آمادہ نہیں ہو جاتے۔ ایک دُوسرے کے سینے کی طرف گولیوں سے بھری ہوئی پستول نہیں کر دیتے۔ لڑتے ضرور ہیں لیکن پھر مل جاتے ہیں۔ ٹکراتے ضرور ہیں لیکن پھر سنبھل جاتے ہیں۔ اس لئے اَن پڑھوں اور غیر تعلیم یافتہ لوگوں کی گرہستی زندگی تعلیم یافتہ لوگوں سے کہیں اچھی ہے۔ لیکن اس کا مطلب یہ نہیں کہ پڑھنا لکھنا بُری چیز ہے اور میاں بیوی کو اس سے دُور رہنا چاہئے۔ پڑھنا لکھنا بُری چیز نہیں۔ بُری چیز تو یہ ناسمجھی ہے جو انسانوں کی آنکھوں میں دھُول ڈال دیتی ہے اور انہیں اُلٹے راستے کا راہی بنا دیتی ہے۔ آج کا پڑھا لکھا شوہر گھریلو زندگی میں اپنا الگ حق چاہتا ہے اور بیوی الگ۔ حقوق ہی نہیں، حقوق کے ساتھ ساتھ دونوں اپنی اپنی آزادی بھی چاہتے ہیں۔ بیوی کہتی ہے کہ یہ ہمارا پیدائشی حق ہے اور شوہر کہتا ہے کہ ہمارا! دونوں حقوق ہی کے رنگین خواب میں اُلجھ جاتے ہیں۔ ایک دُوسرے سے لڑ جاتے ہیں اور زندگی کی پھلواڑی کو کانٹوں کی دُنیا بنا لیتے ہیں۔ اس کے علاوہ ان پڑھ اور انجان آج کے بے معنی حقوق سے ناآشنا ہونے کے باعث آپس میں لڑنے پر بھی آپس ہی تک رہ جاتے ہیں۔ باہمی شکر رنجیوں کی آگ میں زندگی کو نہیں جلنے دیتے۔

جو بھی ہو، لیکن یہ تو سچ ہی ہے کہ تعلیم یافتہ اور غیر تعلیم یافتہ سبھی لڑتے ہیں۔ سب ہی زندگی کی ان پتھریلی پگڈنڈیوں پر پہنچ کر پھسل جاتے ہیں۔ ازدواجی زندگی کی راہ پر چلنے والوں کے دلوں کو اچھی طرح ٹٹول کر دیکھنے سے یہ پتہ چلتا ہے کہ لڑنے کی خواہش نہ رہنے پر بھی دونوں مجبور ہو کر لڑ جاتے ہیں۔ چاہتے تو ہیں بہت سنبھل سنبھل کر چلنا۔ اور بچارے سنبھل سنبھل کر چلتے بھی ہیں، لیکن پھر بھی پھسل جاتے ہیں اور پھسل کر گر جاتے ہیں۔ اِس سے ظاہر ہے کہ یہ راستہ ہی ایسا

ہے۔ اس میں بہت پھسلن ہے۔ سچ مچ یہ پگڈنڈیاں بہت پھسلن دار ہیں۔ جب شوہر اور بیوی شادی کے بعد زندگی کے میدان میں قدم رکھتے ہیں اور اپنی منزل کی طرف آگے بڑھتے ہیں تو حالات اُنہیں چاروں طرف سے گھیر لیتے ہیں اس وقت اُن کا زیادہ وقت ان حالات سے مقابلہ کرتے ہی گزرتا ہے۔ بیوی گھر کے اندر پریشان رہتی ہے اور شوہر گھر کے باہر۔ دونوں ہی اپنے اپنے میدان میں حالات اور مشکلات کو پیچھے دھکیل کر آگے بڑھنے کی کوشش کرتے ہیں۔ اپنی اس کوشش میں دونوں ہی جھلا سے جاتے ہیں اور دونوں ہی کچھ تنک مزاج ہو جاتے ہیں۔ ہر وقت اُلجھنوں میں گھرے رہنے کی وجہ سے طبیعت چڑچڑی ہو جاتی ہے ضبط اور برداشت کی قوّت ختم ہو جاتی ہے۔ جب ضبط و تحمّل کی صلاحیت دِل سے ختم ہو گئی تو وُہ حالات سے پیدا ہوئی اپنی تنک مزاجی کے باعث چھوٹی چھوٹی باتوں میں بھی ایک دُوسرے سے اُلجھ جاتے ہیں اور اپنی راہ میں کانٹے بچھا لیتے ہیں ؛

احتیاط کا منتر

دیکھنا یہ ہے کہ کیا ایسی کوئی تدبیر ہے کہ شوہر اور بیوی آپس میں لڑیں۔ تنک مزاجی کے باعث چھوٹی چھوٹی باتوں کو اہمیّت نہ دیں۔ یہ تو ہو نہیں سکتا کہ حالات و مشکلات اُن کی زندگی میں نہ آئیں۔ اِن کا تو زندگی سے چولی دامن کا ساتھ ہے۔ زندگی میں اِن سے ضرور سامنا ہوگا۔ شوہر اور بیوی کو ان سے مضطرب نہ ہونا چاہیے۔ اُنہیں ضبط و تحمل سے کام لینا چاہیے۔ بیوی اور شوہر جتنا ہی محتاط بننے کی کوشش کریںگے اُن کے دِلوں میں اُتنا ہی استقلال پیدا ہوگا اور وُہ زیادہ ہمت کے ساتھ ان حالات کا مقابلہ بھی کر سکیں گے۔ زندگی میں



وہ رازدانِ شوہر وہ راز دار بیوی
ہے عُذر، صاف باطن پرہیزگار بیوی
دانا، فہیم، عاقل وہ ہوشیار بیوی
باشرم، بالیاقت، بااعتبار بیوی
وہ غمگسار بیوی، وہ جاں نثار بیوی



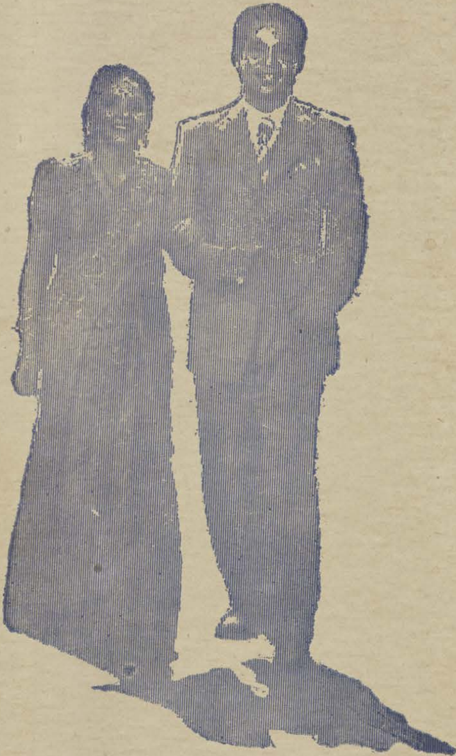
وہ ہے رفیق میری، مونس انیس، ہمدم
دِل کو ہے اُس کے صدمہ مُجھ کو اگر ہُوا غم
وہ جاں نواز صادق وہ جاں تن کی مرہم
پیشِ نظر جو وہ ہے پھر کیوں ہو چشم پُرنم

ہمدرد با محبّت وہ غمگسار بیوی



بے فائدہ بھی اُس سے مَیں ہو گیا خفا گر
تصویر بن گئی وہ بُت بن گئی سراسر
دیکھا نہ میری جانب دھوکے سے سر اُٹھا کر
لائی کبھی نہ شکوہ بُھولے سے کچُھ زباں پر

عاجز خاموش یکتا وہ غمگُسار بیوی



روشن مکاں ہے سارا اگر وہ ہے جلوہ آرا
کیسا ہے رُوح پرور اور دِلربا نظارا
وہ دِل سے مجھ کو پیاری میں دِل سے اُسکو پیارا
دونو طرف سے کہہ دے آنکھوں کا یہ اِشارا

یک جاں نثار شوہر یک جاں نثار بیوی

پیش آنے والے حالات و مشکلات پر فتح حاصل کرنے کے لئے احتیاط سے بڑھ کر اور کوئی منتر نہیں ہے۔ احتیاط سے مطلب یہ ہے کہ ضبط و تحمّل سے کام لے۔ اپنی زبان کو اپنے قابو میں رکھے۔ اگر بیوی یا شوہر دونوں میں سے کوئی کچھ کہے، تو ایک کو ضبط سے کام لینا چاہیئے۔ اس سے دل کو کچھ تکلیف ضرور ہوگی لیکن زندگی کشیدگی اور شکر رنجی کی آگ میں جل کر تباہ ہونے سے بچ جائیگی۔ اور اگر اس طرح ضبط و تحمّل سے کام لیا جائے، تو اس سے بیجا بات کہنے والے کو اپنی غلطی کا بھی احساس ہو جائے گا اور وُہ دِل ہی دِل میں پچھتانے بھی لگے گا۔ پچھتاوا سے ہمدردی پیدا ہو گی۔ اور پھر دونوں ہمدردی اور محبت کے رشتے میں زیادہ مضبوطی سے بندھ جائیں گے ؂

ملکۂ انگلستان کی زندگی کا ایک سبق آموز واقعہ

ملکۂ وکٹوریہ آنجہانی نے ایک دفعہ خانگی معاملات میں گفتگو کرتے ہوئے اپنے خاوند کو حاکمانہ انداز میں مخاطب کیا۔ شہزادہ البرٹ اپنی عزّتِ نفس کو ان الفاظ سے زیادہ مجروح نہ کرنا چاہتے تھے۔ اس لئے وُہ اپنے کمرے میں چلے گئے اور اُس کا دروازہ بند کر کے مقفل کر دیا۔ پانچ منٹ کے وقفہ کے بعد کسی نے دروازہ کھٹکھٹایا۔

"دروازے پر کون ہے؟" شہزادہ نے دریافت کیا۔

"مَیں ہوں۔ ملکۂ انگلستان کے لئے دروازہ کھول دو!" ملکہ معظمہ نے ترش روئی سے جواب دیا۔

لیکن اِس حکم کی تعمیل میں دروازہ نہ کھلا۔ اور اِس آواز کے جواب میں اندر سے کوئی صدا نہ آئی۔ ملکہ وکٹوریہ اس عرصہ میں خاموش کچھ سوچتی رہیں۔ وہ اپنے خاوند کی ناراضی محسوس کر چکی تھیں اور اُسی وقت رُوبرُو ہو کر اس معاملہ کو صاف کر

لینا چاہتی تھیں۔ بالآخر مجھے کیا کرنا چاہیئے ؟ اُنہوں نے دِل میں سوچا اور چند لمحوں کے بعد وہ ایک آخری فیصلہ پر پہنچ گئیں۔ اور ایسے ہی فیصلہ پر پہنچنا ملکہ وکٹوریہ جیسی نیک دِل خاتون کے لئے زیبا و سزاوار تھا۔ وقفۂ دراز کے بعد دروازہ پھر آہستہ سے کھٹکھٹایا۔

"کون ہے ؟" شہزادہ نے استفسار کیا۔

"میں ہوں وکٹوریہ تمہاری بیوی" ملکہ نے نہایت محبت بھرے انداز میں جواب دیا۔

شہزادہ نے دروازہ کھول دیا۔ اور یہ کہنے کی ضرورت باقی نہیں رہی کہ میاں بیوی کی رنجش فوراً دُور ہو گئی !

عورت کی فطرت ــــــ رشک وحسد

ہمارے دلوں سے شکر رنجیوں کی جو چنگاریاں نکل رہی ہیں، اُن میں زیادہ تر عورتوں ہی کا ہاتھ ہوتا ہے۔ مَیں نے ایسے بہت سے گھروں میں جا کر پتہ لگایا جو باہمی شکر رنجیوں کی آگ سے جل رہے ہیں۔ تو معلوم ہوا کہ یہ چنگاریاں عورتوں ہی کے اندر سے نکل رہی ہیں۔ سب سے پہلے گھریلو جھگڑوں کی ابتدا گھر کی عورتوں ہی کی طرف سے ہوتی ہے۔ اگر مرد سمجھدار ہوتے ہیں تو وہ کسی نہ کسی طرح اُسے دبا دیتے ہیں۔ اور اُس کی طرف سے آنکھیں بند کر لیتے ہیں۔ اور اگر وہ بھی عورتوں کی طرح عقل کے دشمن ہوئے تو اُنہیں اَور سہارا دے کر گھر کو اچھا خاصہ محاذِ جنگ بنا دیتے ہیں۔ کتنے ایسے گھروں کو دیکھنے کے بعد مَیں اس نتیجے پر پہنچا ہوں کہ گھریلو جھگڑوں اور باہمی شکر رنجیوں کی ابتدا پہلے عورتوں ہی کی طرف سے ہوتی ہے۔ عورتیں ہی مردوں کے دلوں میں وُہ آگ پیدا کرتی ہیں جو بھائی، باپ، بہن اور

ماں کی محبت کو بھی جلا کر خاک کر دیتی ہے۔ جب تک بیٹے کی شادی نہیں ہوتی، ماں بڑے سکھ اور شانتی کی زندگی گزارتی ہے لیکن گھر میں بہو آتے ہی ماں، وہی ماں غصہ اور بدمزاجی کی خوفناک مورتی بن جاتی ہے۔ دیور کی شادی جب تک نہیں ہوتی، بھابی کی زندگی بڑے اطمینان سے گزرتی ہے لیکن گھر میں دیور کی بیوی آتے ہی بھابی کی زندگی بے اطمینانی کی دُنیا بن جاتی ہے۔ میرے دوستوں میں ایک وکیل صاحب ہیں۔ گھریلو جھگڑوں سے اُن کی زندگی اجیرن ہو رہی ہے۔ جب تک اُن کے چھوٹے بھائی کی شادی نہیں ہوئی تھی وہ اپنی بیوی کے ساتھ بڑے سُکھ چین کی زندگی گزار رہے تھے لیکن بھائی کی شادی ہوتے ہی خانہ جنگی کی آگ آہستہ آہستہ سُلگنے لگی۔ اور اب اُس آگ کی لپٹوں نے خوفناک صورت اختیار کر لی ہے۔ دونوں عورتوں میں خوب جھگڑا ہوتا ہے۔ وکیل صاحب اچھے خیال کے آدمی ہیں۔ وہ اپنے بھائی سے الگ ہو کر نہیں رہنا چاہتے۔ لیکن عورتوں میں ٹھنی ہوئی لڑائی بند ہی نہیں ہوتی۔ ان کی جان ایک عذاب میں پڑی ہوئی ہے۔ ذہنی اذیت سے جینا اجیرن ہو گیا ہے!

اسی طرح بہت سے کُنبے ایسے دیکھے گئے ہیں جن میں عورت جب تک تنہا تھی، اُس کی زندگی آرام اور اطمینان سے گزر رہی تھی۔ لیکن گھر میں دُوسری عورت کے داخل ہوتے ہی، اُس کا سارا آرام و سکون ختم ہو گیا۔ جو عورت اکیلی رہنے پر گھر اور گرہستی کو سنبھالنے میں اپنی جان لٹا دیتی تھی، وہی گھر میں دُوسری عورت کا قدم آتے ہی گرہستی کو تباہ کرنے پر تل جاتی ہے۔ ایک عورت دُوسری عورت کو دیکھتے ہی کیوں بے اطمینانی کی آگ میں جلنے لگتی ہے؟

رشک و حسد عورت کی فطرت ہے۔ دُنیا کے بڑے بڑے ماہر نفسیات عورت کی فطرت کا مطالعہ کرنے کے بعد اِس نتیجے پر پہنچے ہیں کہ عورت کے دِل میں

رشک کا نہایت شدید اور قوی جذبہ موجود رہتا ہے۔ ایک عورت مرد کے ساتھ اطمینان سے رہ سکتی ہے لیکن وہی کسی عورت کے ساتھ اِتنی مطمئن نہیں رہ سکتی دو چار عورتیں ایک گھر میں یا ایک جگہ کچھ دنوں تک اطمینان و سکون سے رہ جائیں، یہ اَور بات ہے لیکن کچھ ہی دنوں کے بعد کسی نہ کسی بات کی بناء پر اُن کے دلوں میں رشک کے جذبات ضرور پیدا ہو جائیں گے۔ ہمارے دلوں میں باہمی شکر رنجیوں کی جو آگ آج پیدا ہو گئی ہے، اُس کا یہی باعث ہے جس گھر میں ایک عورت رہتی ہے، وُہ تو تنہا ہونے کی وجہ سے بڑے اطمینان سے زندگی گزار دیتی ہے اُس کے رشک کی آگ کو بھڑکنے کا موقعہ ہی نہیں ملتا۔ اِس کے برخلاف جن گھروں میں دو چار عورتیں رہتی ہیں، وُہ ایک دُوسرے کو دیکھ کر جلتی ہیں۔ دِل ہی دِل میں ایک دُوسرے سے رشک کرتی ہیں۔ اُن کے رشک کا باعث روپے، پیسے، زیور، کپڑے اور حُسن و جوانی وغیرہ چیزیں ہوتی ہیں۔ عورتوں میں غرور کا جذبہ بہت شدید ہوتا ہے۔ اکثر دیکھا جاتا ہے کہ حسین اور دولتمند عورتیں اُن عورتوں سے سیدھے مُنہ بات نہیں کرتیں جو حُسن اور دَولت کے اعتبار سے اُن کے برابر کی نہ ہوں۔ زیادہ کمانے والے شوہر کی بیوی گھر کی دُوسری عورتوں کو ہیچ اور حقیر سمجھتی ہے۔ بہت ہی کم عورتیں ایسی ہوتی ہیں جن میں ناز اور غرور کا جذبہ نہیں ہوتا۔ اور جو رُوپ، گُن اور دَولت کے باوجود اپنی دُوسری بہنوں سے اخلاق اور محبّت سے باتیں کرتی ہیں۔ انگلینڈ کی مشہور صاحب قلم خاتون مس مارگری لارنس اپنی ایک کتاب میں لکھتی ہیں :-

"عورت ہمیشہ تنہا رہنا چاہتی ہے۔ وُہ کسی سوسائٹی میں جانا اس لئے پسند نہیں کرتی کہ وہاں اُسے بہت سی عورتوں سے مقابلہ کرنا پڑتا ہے۔ عورتیں آپس میں ایک دُوسری کو دیکھ کر جلتی اور رشک کرتی ہیں۔ اِتنا ہی نہیں، عورتیں دُوسروں

کی خوبیوں اور عادتوں کو چُرا لینے میں بڑی تیز ہوتی ہیں ۔ یہاں تک کہ اگر کسی عورت کو کسی عورت کا شوہر پسند آ جائے تو وہ اُسے بھی چُرا لینے میں کسی طرح کا سنکوچ نہیں کرتی "۔ اس کے آگے اسی کتاب میں مس مارگری لارنس نے لکھا ہے ——
"بہت سے مرد ایک ساتھ رہ سکتے ہیں لیکن کئی عورتیں ایک ساتھ نہیں رہ سکتیں عورتیں جہاں کہیں ایک جگہ اکٹھی ہوتی ہیں ، اُن میں دِل ہی دِل میں مقابلہ شروع ہو جاتا ہے "۔

ایک امریکن مصنف نے بھی عورتوں کی فطرت پر روشنی ڈالتے ہوئے لکھا ہے "عورتیں فطرتاً رشک و حسد کرنے والی ہوتی ہیں ۔ دُنیا میں ایسی عورتوں کی تعداد بہت کم ہو گی جن کے دل میں کسی رُوپ ، گُن اور دولت سے بھری پڑی عورت کے متعلق رشک کا جذبہ نہ پیدا ہوتا ہو "۔

یورپ کی ایک مشہور صاحب قلم خاتون کا بیان ہے کہ اس کی تصانیف کو عورتوں کے ذریعہ جتنا نقصان پہنچا ہے ، اُتنا نقصان کسی مرد کے ذریعہ شاید ہی پہنچا ہو ۔ ہمارے مُلک کے بہت سے صاحب علم و فراست لوگوں نے عورت کی اس فطرت پر روشنی ڈالی ہے ۔ عورتوں کی یہ جھگڑالو فطرت ہی تو ہمارے گھروں میں ہونے والے جھگڑوں کا باعث ہے ۔

گھریلو زندگی کی دو تصویریں

(۱)

متوسط طبقے کا ایک گھر ۔ وشوناتھ گھر کا مالک ہے ۔ لکشمی گھر والی ۔ بالکل جاہل نہیں ہے ۔ ہندی مڈل تک پڑھی لکھی ہے ۔ سینا پرونا جانتی ہے ۔ گھر کا کام کاج دلچسپی سے کرتی ہے ۔ وشوناتھ بی ۔ اے تک پڑھا ۔ اوسط درجے کی

سمجھ رکھنے والا، زندگی کے میدان میں ایک بے بس و مجبور سپاہی، کوئی خاص مقصد و مُدعا اُس کے سامنے نہیں۔ کسی سرکاری آفس میں ملازم ہے پینسٹھ روپے ہر مہینے کما لاتا ہے۔ جو آج کل کے زمانے میں کوئی معمولی کام نہیں۔ اور شوہروں کے لئے اِس سے ضروری اور کام بھی کیا ہے؟ ایک نوکر ہے۔ گھر کا کام چل رہا ہے۔ کوئی خاص رکاوٹ نہیں۔ یہ بھی نہیں کہ وشوناتھ کی نظر میں کوئی دوسری عورت ہو۔ ویسی آرزوئیں صرف رُومانی افسانوں کے ہیروں کے حصے میں آئی ہیں معمولی آدمی اتنی اُونچی اُڑان کیونکر بھرے۔ اُسے اپنے بال بچوں اور پیٹ سے فرصت کب ملتی ہے۔ دن کام میں اور رات کھانے یا کھانا پکانے والی کی خدمت میں! بس ایک سانچے میں ڈھلی ہوئی زندگی، جو کچھ سوچنے اور سمجھنے کی فرصت نہیں دیتی۔ اور چونکہ سوچنے سمجھنے کی فرصت نہیں دیتی، اِس لئے نبھ رہی ہے۔

ابھی وشوناتھ زندگی میں ذرا اطمینان سے لگ پایا تھا اور سکون کی شاید آدھی ہی سانس اُس نے لی ہوگی کہ پندرہ سال کی کنواری بیٹی سوشیلا اُس کے سامنے آکر کھڑی ہوگئی ہے۔ امرت سا اُس کا رُوپ، جیسے وشوناتھ اور اُس سے بھی زیادہ لکشمی اور سب سے زیادہ رشتے ناطے والوں اور پڑوس کی عورتوں کے لئے زہر پھیلاتا اور لُٹاتا آیا ہے۔ چھاتی پر سانپ لوٹ رہا ہے۔ لڑکی کب کسی کی ہوئی ہے؟ وہ تو پرائی امانت ہے۔ وشوناتھ کھاتا پیتا ضرور ہے۔ لیکن بچت کچھ ایسی نہیں کہ سوشیلا اُس کے سامنے کوئی اہم مسئلہ نہ پیش کرتی ہو۔ بازار میں شوہروں کی کچھ کمی نہیں لیکن قیمت چڑھی ہوئی ہے۔ پیسے اچھے دیجئے۔ ایک کیا دس لڑکے تیار ہیں لیکن پیسے کہاں سے لائے؟

بار بار لکشمی کہہ چکی ہے۔ "جیسے ہو لڑکی کو تو پار لگانا ہی پڑے گا۔ میں اپنے لئے تو نہیں کہتی۔ میری تو جیسی بیت رہی ہے، بیت رہی ہے لیکن اتنی بڑی

لڑکی کو کب تک گھر میں بٹھاؤ گے؟ لوگ اُنگلی اُٹھاتے ہیں۔ موسی آئی تھیں، تو آئی تھیں، یہ آئی تھیں، وہ آئی تھیں۔ کہتی تھیں کہ تم لوگوں کے گلے گھونٹ کیسے اُترتی ہے؟ اور بات بھی سچ ہے۔ سوشیلا کافی سیانی ہو گئی ہے۔ کچھ بندوبست کرنا ہی پڑے گا۔"

"بات تو سچ ہے۔ کچھ بندوبست کرنا ہی پڑے گا لیکن کیسے یہ بندوبست ہوگا؟" خیر، چونکہ کوئی سبیل کرنی ہی پڑے گی، وہ بات سچ ہے، اِس لئے قرض کا بندوبست کرنے اور لڑکا تلاش کرنے میں آج پندرہ دن سے وشوناتھ پریشان ہے!

آج صبح نو بجے اِسی سلسلے میں اُسے کہیں ملنے کے لئے بُلایا گیا ہے۔ وشوناتھ اُسی طرف سے آفس چلا جائے گا۔ اِس لئے کھانے کی جلدی ہے۔ اُدھر ایک بچے کی آنکھیں اُٹھ آئی ہیں۔ اور وہ رو رو کر گھر سر پہ اُٹھا رہا ہے۔ خود لکشمی کی طبیعت بھی خراب ہے۔ کیسی کیسی طرح کھانا تیار ہوا۔ تب پونے نو ہو رہے تھے۔ آج وشوناتھ نے جلدی کے لئے چائے بھی نہ پی تھی۔ رات دن پریشانی! اب یہ دیر۔ جھنجھلاہٹ پیدا کرنے کے لئے کافی تھی لیکن وہ دِل کو اُبھرنے نہ دے رہا تھا۔ اپنے کو مارے اور دبائے ہوئے تھالی پر بیٹھا۔ پہلا لُقمہ مُنہ میں ڈالا۔ نمک اِتنا تھا کہ کھانا زہر ہو گیا۔ مُنہ سے نکل جاتا ہے ــ "آج کل کس نشے میں رہتی ہو کیا؟"

تھکی ہاری لکشمی جھنجھلا اُٹھی! چُپ رہ کر بات ختم کرنے کی کوشش کی لیکن چُپ نہ رہا گیا۔ وہ جن ذہنی پریشانیوں میں تھی، اُس میں یہ طنز! نشہ کھاتی ہے۔ نشہ وہ کیا کھائے گی؟ کس برتے پہ نشے میں ہوگی؟ نشے کے لائق جو کچھ اُس کے پاس تھا، سب ایک ایک کر کے وہ دے چکی ہے۔ اب جب کچھ

نہیں رہ گیا ہے۔ تب نشے کی بات اس کے سارے جسم میں زہر کی طرح پھیل گئی۔ نہ بولنا چاہتے ہوئے بھی وہ کہتی ہے ـــ "ہاں تم نے مجھے نشے کے لائق رکھا ہی ہے نا! مزدوری سے بھی گئے گزرے دن بیت رہے ہیں۔ مجھے کیا نشہ ہوگا؟ نشہ تو تمہیں ہوگا۔ تم کماتے ہو۔ میرے پاس کیا ہے؟ لونڈی تمہیں برتنے پہ نشہ کرے گی؟"

کبھی کبھی ایسا ہوتا ہے کہ آسمان بالکل صاف ہے۔ نکھری اور اٹھلاتی ہوئی چاندنی ہے۔ یکایک دیکھتے دیکھتے بادل گھر آتے ہیں اور اندھیرا ہو جاتا ہے۔ زندگی میں بھی ایسا ہی ہوتا ہے۔ جب ہم سکھ کے تصور میں زمین و آسمان کے قلابے ملا رہے ہوتے ہیں، اسی وقت جیسے ہماری ساری امیدوں اور آرزوؤں کو کچل کر دل کو ہلا دینے والی تاریکی گھر آتی ہے۔ جہاں پل بھر پہلے دل ہنس رہے تھے اور آنکھیں ناچ رہی تھیں، وہاں زندگی کے نظر نہ آنے والے سوراخوں سے درد اور آنسوؤں کی برسات ہونے لگتی ہے۔ ابھی دس منٹ پہلے وشوناتھ کیسی امنگ میں تھا اور لکشمی نے ہزار مایوسیاں ہوتے ہوئے بھی جلدی جلدی اور حوصلہ سے سب کام کرنے کی کوشش کی۔ لیکن اس کی ساری امنگوں پہ بدقسمتی نے پل بھر میں پانی پھیر دیا!

لکشمی کی بات نے بات بڑھا دی۔ وشوناتھ بولا "میں نے تمہارے لئے کیا نہیں کیا؟ رات دن کے اتنے جھگڑے کیوں پالتا ہوں؟ کیا اپنے لئے؟ اور تم زبان چلاتی جاتی ہو۔ غلطی کرنا اور اس پر سے زہر بھری باتیں! میں تو تمہاری لڑکی کے لئے پریشان اور تمہارا دماغ آسمان پر ہے!"

چوٹ پر چوٹ

لکشمی چاہتی ہے کہ نہ بولے۔ لیکن کیسے نہ بولے؟ ـــ "میرے لئے تم نے

کچھ نہیں کیا۔ کیا ہوگا اپنی آسائش کے لئے۔ کیا ہوگا اپنے بچّوں کے لئے میرے لئے کیا؟ جب سے آئی ہوں، تمہاری گرہستی میں جان کھپا رہی ہوں۔ ماں باپ کا گھر چھوٹ گیا۔ بھائی بہن سب خواب ہو گئے۔ کسی کی صورت نہیں دیکھ پاتی ہوں۔ پھر بھی رات دن کا جلاپا!"

اور غصّے میں وشوناتھ تھالی پھینک دیتا ہے۔ کہتا ہے۔" ماں باپ! ماں باپ! ماں باپ اگر پوچھتے تو تم آسمان پر پیوند لگاتیں! چلی جاؤ ماں باپ کے گھر! ذرا تمہارا نشہ تو اُترے۔ تم عورت ہی ایسی ہو کہ جہاں جاؤ، سب مٹّی کر دو! چلو ہو گئی شادی، اب میں آفس جاتا ہوں!

لکشمی ـــ "کرو یا نہ کرو۔ کرو گے اپنی لڑکی کا۔ نہ کرو گے اپنی لڑکی کا۔ مجھ پر کیا احسان؟ میرے تو جو دو چار گہنے ہاتھ پاؤں میں ہیں، وہ بھی دینے کو رکھ چھوڑے ہیں۔ اور ماں باپ کا نام نہ لو، بُرے ہیں تو، بھلے ہیں تو، میرے ماں باپ ہیں۔ تم انہیں طعنہ نہ دینا۔ مجھے مارو چاہے کاٹو۔ ماں باپ کو مت گھسیٹنا۔"

اور اس کے بعد آنسوؤں کی مسلسل جھڑی! قسمت پھوٹنے اور زندگی کی ہزاروں حسرتوں تکلیفوں اور یادوں کا خیال!

بھوکا شوہر ـــ عورت کے سامنے بحث و دلیل کی گرتی ہوئی عمارتیں!

ـــ بے چارہ وشوناتھ!

وشوناتھ آفس جا رہا ہے۔ جا کیا رہا ہے، روز اُدھر جانے کے عادی پاؤں اپنے آپ اُدھر اُٹھتے جاتے ہیں۔ اُس کا دل ٹوٹا، بکھرا ہوا ہے۔ وہ سوچنا چاہتا ہے لیکن سوچ نہیں پاتا۔ یہ کیا ہو گیا؟ کیسے ہو گیا؟ اُسے کہاں جانا تھا؟ شادی کا مسئلہ بہت ممکن ہے حل ہو جاتا۔ کیوں اُس نے بات بڑھنے دی؟ جب میں

رام پرشاد کی کوٹھی پر ہوتا، تب لکشمی سے اُلجھ رہا تھا۔ آخر اُس کا قصور بھی کیا تھا؟ بچہ رو رہا تھا۔ خود بھی طبیعت اچھی نہ تھی۔ ان پریشانیوں میں اسے یاد نہ رہا ہوگا کہ نمک ڈال چکی ہے۔ دوبارہ پڑ گیا ہوگا۔ ذرا سی غلطی ہو گئی۔ کچھ جان بوجھ کر تو اُس نے کیا نہیں۔ انسان ہے، غلطی ہو ہی جاتی ہے۔ میں نے ناحق اتنی باتیں بڑھا دیں۔ آخر اس سے فائدہ کیا ہوا؟ شادی تو کرنی ہی پڑیگی اور لکشمی بھی چھوٹ نہیں سکتی۔ تب پھر طبیعت خراب کرنے اور جلنے سے کیا فائدہ!

شوہر کا خشک مُنہ، روتا ہوا بچہ، نڈھال طبیعت اور یہ آگ؟ نہ تھمنے والے آنسو اور ان سب کے درمیان اپنی بے بسی! — شوہر — وہ بندھن جس سے چھٹکارہ نہیں ہے جس سے جُدا ہونا نہیں ہے۔ اُسے اور اپنے کو دُکھی بنانے کی جھنجھلاہٹ سے جلتی ہوئی عورت! بچاری لکشمی!

پتی نے غصے میں تھالی ہٹا دی اور چلے گئے۔ جب تک غُصّہ تھا، بندھ رُکا رہا۔ غُصّے میں اُس نے بیمار بچّے کو پیٹ دیا لیکن پیٹتے ہی جیسے جو دُکھ اندر تھا، پگھل کر آنکھوں سے ٹپکنے لگا۔ بچّے کو چھاتی سے چمٹا لیا اور کھاٹ پر پڑ رہی!

دِل کا دیپک بُجھنے نہ پائے

آنسو ختم ہو گئے۔ تپتا ہوا دُکھی دِل پھر پتی کی طرف دوڑا۔ بارش ہو چکی تھی۔ بادل بکھر گئے۔ آسمان صاف ہو گیا۔ اب لکشمی سوچ رہی ہے۔ یہ سب کیا ہو گیا؟ کیسی اُمنگ سے اُنھوں نے صبح اُٹھ کر مجھے جگایا تھا۔ بچارے کتنے دنوں سے شادی کی فکر میں سو نہیں پاتے ہیں۔ رات دن بدحواس دوڑتے پھرتے ہیں۔ دو باتیں اُنھوں نے کہہ دیں تو کیا ہو گیا؟ آخر غلطی تو میری ہی تھی۔ مانا کہ میں نے جان بُوجھ کر نہیں کی لیکن غلطی تو ہوئی ہی۔ چُپ رہ جاتی تو کیا بگڑ جاتا؟ اُن سے جو کچھ

ہو سکتا ہے کرتے ہی ہیں۔ اور خود اپنے لئے کیا خرچ کرتے ہیں؟ میں نے اُن کے لئے کیا کیا؟ اُن کا دل دُکھایا۔ بے کھائے پیئے چلے گئے۔ سارے دن کی جان توڑ محنت، اس پر بیٹیا کے بیاہ کی فکر، پھر یہ جھگڑے! میں نے تاخق تل کا تاڑ کیا۔ وہ میرے ہیں، وہ نہ کہیں گے تو کون مجھے کہے گا؟ اُنہی کے ساتھ رہنا ہے، اُنہی کے چرنوں میں مرنا ہے۔ تب بے بات کی بات کیوں پیدا ہوتی ہے!

لکشمی کے دل میں آیا کہ اُڑ کر شوہر کے پاس پہنچ جائے۔ اُس کے قدموں پر گر پڑے اور کہے کہ مجھ سے غلطی ہوئی۔ مجھے معاف کر دو۔ میں ابھاگن ہوں جو آپ کو دُکھی کیا! لیکن بُری ہوں تو، بھلی ہوں تو، تمہاری ہوں!

لیکن تیر کمان سے نکل چکا تھا اور تڑپنے کے سوا کوئی چارہ نہ تھا۔ اور ان دو چکیوں کی رگڑ میں وہ بچی سوشیلا پس گئی۔ اُس نے ابھی زندگی میں کیا دیکھا ہے، کیا پایا ہے؟ بچپن کی دہلیز بھی پوری طرح لانگھ نہیں پائی ہے۔ جوانی کی آمد کی ہلکی سی مہک جسم میں بھر رہی ہے۔ بیاہ کی چرچا سُن سُن کر اپنے ہی اندر سمٹ سی رہی یہ لڑکی اُمیدوں اور مایوسیوں کے بیچ میں ہچکولے کھاتی ہوئی، نہ جانے آگے کیا آنے والا ہے، اور یہ جو سامنے ہے، کچھ بہت اُمید افزا اور اطمینان بخش نہیں۔ دو دن سے وہ کھانا نہیں پکا رہی ہے۔ اور آج ہی یہ طوفان برپا ہو گیا۔ زندگی کی غیر معین پگڈنڈی پر کھڑی کانپتی ہوئی بیچاری سوشیلا! سوچتی ہے — میں کیسی بدنصیب پیدا ہوئی! میری وجہ سے بابوجی بدحواس ہیں، اماں جھینکتی ہیں۔ آخر یہ بیاہ آفت بن کر میرے گھر پر آنے کو کیوں بیقرار ہے؟ میری سہیلیاں گنگا اور نربدا تو ابھی پڑھ ہی رہی ہیں۔ مجھ سے کچھ بڑی ہی ہونگی۔ کیا اُن کے ماں باپ بھی اِسی طرح اُن کیلئے لڑتے ہونگے؟ بیچارے بابوجی بے کھائے پیئے چلے گئے! اُن کا کیا قصور تھا؟ اور اماں! وہ بیچاری بھی کیا سچ مچ قابل الزام

ہیں ؟ طبیعت ٹھیک نہیں ہے ۔ منّو روتا ہے نکل گئیں دو باتیں ۔ ۔ ۔ لیکن بابو جی نے ہی کیا کہہ دیا تھا ؟ اُن کی کیا غلطی ؟ دن بھر جس آدمی کو محنت کرنی پڑتی ہے ، اُسے اگر ٹھیک وقت پر ، ٹھیک طور سے کھانا بھی نہ ملے تو وہ کام کیسے کیا کریگا ؟ تب قصور کس کا ہے ؟ میں ہی بدنصیب اِس کا سبب ہوں ۔ غریبوں کے گھر لڑکیاں پیدا کیوں ہوتی ہیں ؟ میں لڑکی نہ ہوتی تو اماں کیوں روتیں ؟ اور بابو جی کیوں بے کھائے پیئے اُٹھ جاتے ؟ ہے بھگوان !

دن بھر گھر کی وہی حالت رہی جو کسی کے مرجانے پر ہوتی ہے ۔ بچہ بلبلاتا رہا ۔ لکشمی نے منہ میں دانہ نہ ڈالا ۔ اور نوکر مارے ڈر کے دبک رہا ۔ سوشیلا نے کئی بار ہمّت کی ۔ ماں کی چارپائی تک گئی ۔ بُلا کر اُٹھایا لیکن غم کا جو پہاڑ گھر پر آ ٹوٹا تھا ، وہ اُٹھائے نہ اُٹھا !

لکشمی بار بار سوچتی رہی ـــ " وہ بھوکے پیاسے چلے گئے ۔ اُن کا قصور نہیں ۔ قصور میرا ہے " ۔

وشوناتھ بار بار سوچتا رہا ـــ " میں نے بات بڑھائی ۔ اُس کا قصور کیا تھا ؟ قصور میرا ہے " ۔

سوشیلا سوچتی تھی ـــ " قصور کسی کا نہیں ، میرا ہے " ۔

بچہ کیا سوچتا ـــ ہاں اُسے ایک ایسے ماحول کا احساس ضرور ہو رہا تھا جس میں دم گھٹتا ہو ! کل سب اُس سے ہنستے بولتے تھے ۔ اُسے پیار کیا جاتا تھا ۔ اُس کے ٹھمکنے پر ماں چومتی تھی ۔ اور اُس کے اُوٹ پٹانگ بول کی نقل اُتارتے تھے ۔ آج کیا بات ہے ؟ وہی ماں ہے ۔ گھر وہی ہے ۔ بہن وہی ہے ۔ تب ۔ ۔ تب ؟

دن بھر کا تھکا وشوناتھ گھر لوٹ رہا ہے ۔ راستے بھر سوچتا جاتا ہے ۔ جو ہو گیا ، ہو گیا ۔ اب گھر میں ہنسی خوشی پھیلا دوں گا ۔ منّے کو پیار کرونگا ۔ لکشمی

سے کہوں گا۔ غلطی میری ہی تھی ۔

لیکن گھر میں آتے ہی ٹھٹک جاتا ہے۔ گھر ہے کہ شمشان! چیزیں بکھری ہوئی کہیں کوئی آواز نہیں۔ جیسے برسوں سے اس میں کوئی نہ ہو۔ خوفناک اور بوجھل ماحول۔ دیواروں پر اُداسی چھائی ہوئی۔ جو کچھ سوچتا آرہا تھا، سب بھول گیا۔ دِل بیٹھا جارہا ہے۔ غصہ نوک پر آتا رہا ہے!

لکشمی، جو سوچتی تھی غلطی میری ہے، معافی مانگوں گی۔ مُنّے کو گود میں دے دوں گی، اُٹھ بھی نہ سکی۔ بدقسمتی کا بوجھ پر چھا گئی تھی۔ بیچارہ گھر کا مالک! بیچاری گھر والی!

اور اب نہ چاہتے ہوئے بھی صبح کے مناظر پھر آنکھوں کے سامنے آجاتے ہیں۔ غم و غصہ کی گھٹائیں گہری ہوگئی ہیں۔ باتیں بڑھ گئی ہیں۔ زندگی کی روشنی غائب ہوگئی ہے۔ گھر جیسے بھوتوں کا اندھیرا ڈیرہ ہو! ہر فرد مایوسی، ناکامی اور جھنجھلاہٹ سے تڑپتا ہوا!

دیکھتے ہیں تو وشوناتھ اچھا ہے، لکشمی اچھی ہے۔ دونوں ہی دونوں کے لئے ہمدردی، اچھے جذبات ہیں۔ تب بھی اتنا درد، اتنا اضطراب ہے! دونوں کامیاب زندگی گزارنا چاہتے ہیں۔ سکھ اور شانتی چاہتے ہیں لیکن ناکام ہیں، دکھی اور غیر مطمئن ہیں!

آخر ایسا کیوں ہے ——— ؟

گنوں کی گتھلی

ایک دوسری تصویر دیکھیے :-

اِس بے اطمینانی اور دُکھ کے زلزلے میں کچھ گھر بچ بھی گئے ہیں۔ گہرائی

نہ رہ گئی ہو لیکن دُکھ کا سیاہ سایہ ان کی دیواروں کے باہر ہی رہ جاتا ہے۔
وشوناتھ کے گھر سے مشکل سے ایک فرلانگ کے فاصلے پر کملا کانت رہتے ہیں۔ کسی کوٹھی میں پچاس روپے پاتے ہیں۔ وُہ ہیں، گایتری ہے۔ دو بچے ہیں انسان ہیں، انسانی کمزوریاں بھی ان میں ہیں۔ دوست احباب ہیں جن میں جی بہلا لیتے ہیں۔ پان پتّہ بھی ہو جاتا ہے۔ کبھی کبھار تاش اور شطرنج بھی جمتا ہے۔ نصب العین اُن کے سامنے بھی کوئی نہیں ہے۔ کماتے ہیں، کھاتے ہیں۔ کچھ اس طرح کے آدمی جیسے ہمیشہ ماں کی — سنبھالنے والی کی ضرورت ہو۔ گایتری ہے کہ انہیں ہاتھوں پر لئے رہتی ہے۔
یہ گایتری لکشمی کے اتنا سنجیدہ بھی نہیں۔ چنچل ہے۔ ہنسی مذاق اور چہل کی عادت ہے۔ کبھی اسے چھیڑا، کبھی اسے گدگدایا۔ سہیلیوں میں پیاری، کپڑے پہناوے کی شوقین، سَیر و تفریح اور حسین مناظر کی دلدادہ!
کملا کانت کے دوست جمع ہیں۔ کھیل ہو رہا ہے۔ کملا کانت آتے ہیں اور گایتری سے کہتے ہیں۔ "کچھ ناشتہ کراؤ۔" گایتری کہیں جانے کی تیاری میں ہے۔ گھر میں ضروری سامان بھی نہیں لیکن کہتی ہے۔ "ذرا کھیلو۔ ابھی تیار کرتی ہوں۔" اور جھٹ پٹ چائے اور پکوڑیاں تیار کر کے باہر بھجوا دیتی ہے۔
ایک دن کملا کانت کوٹھی سے بھرے ہوئے آئے۔ سیٹھ سے کچھ کہا سُنی ہو گئی تھی۔ اِدھر نیا مہینہ شروع تھا۔ گھر میں کچھ نہ تھا۔ تنخواہ ملی نہ تھی۔ آتے ہی نوکر سے اُلجھ پڑے۔ بچے دوڑے آئے تو انہیں ڈانٹ دیا۔ کچھ غصّہ، کچھ گرمی کے دن کی گرمی!
گایتری فوراً سمجھ گئی کہ کچھ ہُوا ہے مشتعل ہیں۔ نوکر کو دُوسرے کام کے لئے کہہ کر کملا کانت کے پاس پہنچی۔ کوٹ اُتار کر رکھا۔ پنکھا کرنے لگی۔ دو منٹ کے

بعد ایک طشتری میں کچھ ناشتہ اور لیموں کا شربت لئے آئی۔ کملا کانت غصے میں تھے اور چاہتے تھے کہ طشتری ہٹا دیں لیکن اشتعال کے لئے کوئی سہارا نہ ملا۔ ناشتہ اور شربت کے بعد کچھ ٹھنڈک پہنچی۔ پارہ نیچے اُترا۔ گایتری نے موقعہ دیکھ کر باتیں شروع کیں :-

"آج تم نے داڑھی بھی نہیں بنوائی۔ بال بڑھ رہے ہیں.... آج کل تم اُداس رہتے ہو۔ چہرہ سُوکھ گیا ہے۔ اپنی تندرستی کی پروا نہیں کرتے۔ میں کہتی ہوں، اِس نوکری سے بڑی جان ماری، بڑی ہائے ہائے ہے۔ رات دن کی بھاگ دَوڑ۔ میں جانتی ہوں کہ حالت ایسی نہیں کہ اِسے چھوڑ کر کام چلے۔ لیکن پہلے تم ہو، پیچھے سب کچھ ہے۔ تمہیں سے سب ہے۔ نہ ہو، دُوسری ہلکی نوکری کر لو۔ کچھ کم ملے گا تو کیا؟ رُوکھے سُوکھے کھالیں گے۔ موٹا پہن لیں گے....." غرض اس طرح کی ہزار باتیں۔ گایتری کے مُنہ سے موٹا جھوٹا پہننے کی رائے، شوقین مزاج گایتری کے مُنہ سے! میٹھے الفاظ اور شوہر کے لئے گہری ہمدردی سے بھرے ہوئے!

اور کملا کانت ہیں کہ جیسے دھارا میں بہے جا رہے ہیں۔ اُن کے نہ چاہتے ہوئے بھی دِل کا غبار اُوپر اُڑا جا رہا ہے۔ وُہ اُداسی کو سمیٹ رکھنے کی کوشش کرتے ہیں لیکن اِس کی گرہیں کُھلتی جا رہی ہیں۔ ان کے چاروں طرف ان کے دِل کو پریشان کر کے ایک خواب کی دُنیا بس رہی ہے!

پندرہ منٹ ـــــ اور سیٹھ جی نظر سے غائب ہیں۔ کھاسُنی اور جھنجھلاہٹ ختم ہو گئی ہے۔ کملا کانت کا مُرجھایا ہُوا دِل ہرا ہو گیا ہے۔ اور چہرہ چمکنے لگا ہے۔ وہی ہنسی خوشی کا ماحول۔ وہی چُہل، وہی کلیل!

اِسی طرح ایک دن کھانے میں نمک زیادہ ہو گیا۔ ٹھیک وہی صورتِ حال تھی جس میں لکشمی اور وشوناتھ کو ہم دیکھ چکے ہیں۔ کملا کانت کے چہرے پر بل

آیا۔ انھوں نے منہ بنایا۔ گایتری جھٹ بول اُٹھی ۔۔۔" ارے نمک کیا زیادہ ہو گیا؟ چہ۔ چہ۔ چہ۔ ایک طرف کر دو۔ میں کھاؤں گی۔ دو منٹ ٹھہر جاؤ۔ میں پروَل تلے دیتی ہوں .... نہیں، نہیں، دیر نہ ہوگی۔ ابھی ہوا جاتا ہے تمہیں میری قسم۔ بغیر سبزی کا کھانا کیسا لگے گا۔ مجھے بڑا دُکھ ہوگا میں بھی کیسی ہوں! دو لقمے تو تم کھاتے ہو، وہی ٹھیک نہ پکا سکی! اور گایتری کے چہرے پر افسوس کی گہری لکیریں اُبھر آئیں ۔

۔۔۔ اور نہ پروَل پکانے کی ضرورت پڑی نہ ٹھہرنے کی۔ کملا کانت بیوی کی مٹھاس میں ڈوب گئے۔ دل پر غصّے کی جگہ ایک بھینی خوشبو چھا گئی۔ اور کھانے میں بولتا ہوا زیادہ نمک خاموش، خاموش ہو گیا۔ کملا کانت بولے ۔۔" نہیں نہیں، رہنے دو۔ تمہیں یوں ہی کیا کم پریشانی ہے۔ دُکھ کی کیا بات ہے؟ کام میں بھول ہو ہی جاتی ہے۔ اور کچھ ایسا زیادہ نمک نہیں۔" سارا کھانا انھوں نے بڑے چاؤ سے کھایا اور ہنستے ہنستے کام پر گئے!

اسی گایتری کی لڑکی اُما کی شادی پار سال ہوئی۔ نہ ساس نہ سسر۔ اکیلا گھر۔ لیکن گایتری کو کوئی پریشانی نہ ہوئی۔ سہیلیاں جمع ہو گئیں۔ گایتری ہاتھ نہ لگاتی لیکن ہر ایک کو محسوس ہوتا کہ میں کوئی کام نہیں کر رہی ہوں۔ گایتری کبھی ان کے پاس آتی، کبھی اُن کے پاس گئی۔" اری کمّو! تو نے ابھی تک ناشتہ نہیں کیا؟ صبح سے لگی ہے۔ چل ہٹ۔ ایسا کام میں تجھ سے نہیں کراتی۔" اور کمّو کہتی۔" بھابی! کھلا کھلا کر آپ مجھے بیمار کر دیں گی۔ صبح سے دو بار ناشتہ کر چکی۔" "نہیں نہیں چل۔" دو منٹ بعد ۔۔۔" پریما بھابی! کیا بھیّا آ کر ہاتھ جوڑیں گی تب اُٹھو گی؟ میں بیٹھی ہوں۔" اور بھابی کہتیں۔" چل چل! بڑے تیرے بھیّا آئے ہاتھ جوڑنے والے۔ کیا وہ بھی کمل ہیں؟ ..... ابھی ابھی تو بیٹھی ہوں۔ کیا اُما میری

بٹیا نہیں ہے؟" دُوسرے پل مانسی کے پاس پہنچ کر اُس کی ٹھوڑی اُوپر اُٹھاتی ہوئی کہتی ہے۔"بہن آج چاند کو گہن کیوں لگ رہا ہے؟"۔ "چل تجھے سدا چھل کی رہتی ہے۔" "نہیں نہیں۔ بول کیا لڑ کر آئی ہے؟" "کیا تو بیٹھنے نہ دے گی؟ میں چلی جاؤنگی گایتری!" پھر دُوسری طرف نوکر سے "شنکر! ارے بھیا! مجھے تو یاد ہی نہ رہا۔ تُو نے کچھ کھایا پیا نہیں۔ رات سے پل رہا ہے۔ تجھی پر تو سب بوجھ ہے۔ چل کچھ کھالے۔ رہنے دے وہ کام...... تُو بھی بہُو کی طرح شرماتا ہے! مانگ کیوں نہ لیا؟" — "نہیں نہیں بہُوجی! شرم کی کیا بات ہے۔ میں نے سوچا۔ ذرا حلوائی کو مٹھائیاں ٹھیک وقت پر پہنچانے کی یاد دلاتا آؤں تب خود مانگ لُوں گا!"

اِس طرح اُما کا بیاہ ہو گیا اور کسی کو پتہ بھی نہ لگا کہ میں رات دن کھپتی رہی ہوں۔ سب کچھ ہاتھوں ہاتھ ہو گیا!

اِتنا فرق کیوں؟

گایتری کی گرہستی کی تاریخ میں بکھری ہوئی ایسی کتنی مثالیں اکھٹی کی جاسکتی ہیں۔ اُن سب کا ذکر کرنا یہاں ممکن ہے نہ ضروری۔ اِتنا ہی دیکھنا ہے کہ لکشمی اور وشوناتھ — گایتری اور کملا کانت — دونوں کی حالت قریب قریب ایک سی ہے لیکن دونوں کے گھروں میں تاریکی اور روشنی کی طرح فرق ہے۔

یہ فرق کیوں ہے؟

دِلسوزی اور ہمدردی تو لکشمی اور وشوناتھ کے درمیان بھی اِس سے کچھ کم نہیں ہے جتنی گایتری اور کملا کانت کے درمیان ہے۔ مالی اعتبار سے بھی پہلا گھر دُوسرے سے اچھا ہے۔ تب بھی وہ تڑپتے ہیں جب دُوسرے

دو خوش و خرم ہیں!

بات اصل میں یہ ہے کہ گھریلو زندگی کو کامیاب بنانے کے لئے صرف اپنے پن کے جذبات، پیار و محبت یا اچھے خیالات ہی کی ضرورت نہیں ہے۔ اس سے بھی زیادہ ضرورت ہے ان سے برمحل کام لینے کی۔ گھریلو زندگی کا سُکھ چین سلیقہ مندی اور سمجھداری پر موقوف ہے کس وقت بولنا چاہیئے، کس وقت چپ رہنا چاہیئے، کس وقت ہنسنا چاہیئے، کس طرح اور کب اور کیا بولنا چاہیئے؟ جو مرد اور عورتیں ان باتوں کو جانتی ہیں، وہ سُکھ اور چین کی زندگی بسر کرتے ہیں۔ گایتری اِنہی سے اپنے شوہر کو اشاروں پر نچاتی تھی۔ اور جس وقت لکشمی اپنے اچھے خیالات اور محبت بھرے جذبات کے ہوتے ہوئے بھی سمجھ نہ پاتی تھی کہ گھرتے ہوئے بادل کس طرح ہٹائے جا سکتے ہیں، ایسی ہی حالت میں گایتری اُنہیں چٹکیوں میں اُڑا دیتی تھی۔ مثال پیش کروں؟ —— جھگڑا ہو جانے اور وشوناتھ کے چلے جانے پر لکشمی محسوس کرتی تھی کہ اُس نے غلطی کی ہے۔ وہ وشوناتھ کو خوش بھی کرنا چاہتی تھی۔ وہ اُس سے معافی مانگنا چاہتی تھی۔ وہ اُس کی گود میں سر رکھ کر رونا چاہتی تھی۔ وُہ محسوس کرتی تھی کہ جو کچھ ہؤا ہے، اچھا نہیں ہؤا ہے اور اس طرح چل نہیں سکتا۔ نیک خواہش اُس میں تھی۔ ہمدردی اُس میں تھی۔ اور محبت بھی اُس میں تھی۔ لیکن راستہ اُس کا بالکل اُلٹا تھا۔ جب وُہ اس تلخی کو دُور کرنا چاہتی تھی تو اُسے شام کو تھکے ماندے آنے والے پتی کیلئے ہنستے ہوئے اور سواگت کا مُشتاق گھر پیش کرنا تھا۔ گھر کا ماحول ہنسی خوشی سے معمُور رکھنا۔ لیکن وُہ اپنے رونے اور دُکھ کو لئے کھاٹ پر پڑی رہی۔ اپنے دُکھ کا دفعہ بڑھاتی رہی اور سارا گھر دُکھ، درد اور خوف و ہراس کی تاریکی میں اپٹا رہا۔ جس سے ملنے کی خواہش تھی، وُہ آیا تو اُٹھ بھی نہ سکی۔ سب کے

چہروں پر جب مسکراہٹ کی کرنوں کو کھیلتے رہنا چاہیئے تھا، اُن کے چہرے افسردہ تھے۔ اُن کی طبیعت سُلجھی ہوئی اور آپس میں عین مطابقت رکھتی تھی لیکن کام سارے غیر مطابق اور اُلٹے تھے۔ اِس کے برعکس گایتری الفاظ اور آواز کا مناسب و با موقعہ استعمال کرنا جانتی تھی۔ اُسے دُکھ کی اُمڈتی ہوئی گھٹا کو دُور کرنے کا گُر معلوم تھا۔ اِس لیئے اس کی گرہستی کی گاڑی اپنے ٹھیک راستے پر تمام وکمال اطمینان سے چلی جا رہی ہے۔ جبکہ لکشمی کی گرہستی میں ٹوٹے برتنوں کے ٹکرانے کی بھونڈی اور منحوس آواز گونج رہی تھی!

کون سُکھی ہے؟

آرام سے وقت گزارنے والی راج رانی

راج رانی سیٹھ راج مل کی لڑکی اور رائے بہادر چاندمل کی پوتر بہو ہے بڑے گھر کی بیٹی، بڑے گھر کی بہو راج رانی رُوپ رانی ہے۔ گہنے کپڑوں کے بوجھ سے دبی ہوئی، بھرا بدن، چاند سا مکھڑا، حسین اور جاذب نظر کپڑوں سے سجی، مدھر مدھر ہنسنے والی، عیش و راحت کے ہر طرح کے سامان اور دھن دولت سے گھری اور اسی کے بوجھ سے لدی ہوئی زندگی! نوکر، خادمائیں۔ اسے ایک تنکا بھی نہیں اُٹھانا پڑتا۔ سُندر سجیلا شوہر۔ ہر ایک کہتا ہے، قسمت ہی سے ایسا گھر ملتا ہے بیٹی کی قسمت تھی ایسا گھر ملا۔ اب راج کرے؟

دُوسری طرف راج رانی کی ایک سکول کی پیاری سہیلی شانتا کو دیکھو۔ بیچاری نے کیا راجکماریوں کا سا رُوپ پایا تھا۔ باپ اُس کو بیٹوں سے بھی زیادہ چاہتا تھا۔ گھر میں دھن دولت کچھ ایسی ہی تھی۔ بس گذارہ ہی ہوتا تھا۔ لیکن بیٹی کو اچھی

تعلیم دینے کی اُنہوں نے ہمیشہ کوشش کی۔ اور دیکھ سُن کر کرشن چندر سے بیاہ دیا کرشن چندر اچھّے خیالات کا ایک نوجوان، غریب گھر، ماں اور بہن سب اچھی طبیعت کے۔ کرشن فرض شناس نوجوان، اُس کے اپنے کچھ خیالات اور اصُول بھی ہیں۔ سیدھی سادی ایمانداری کی زندگی گزارنے کی کوشش کرتا ہے۔ ایک اخبار کے دفتر میں ملازم ہے۔ ساٹھ روپے ماہوار ملتے ہیں۔ گھر میں نوکر چاکر کی گنجائش نہیں شانتا ہی کو زیادہ تر کام کرنے پڑتے ہیں۔ سب کہتے ہیں — بیچاری کی زندگی یہی ہی گئی! نہ باپ کے یہاں آرام سے بیٹھ سکی نہ سسرال ہی میں اسے چین ہے۔ باپ کی عقل ماری گئی تھی۔ نہیں تو کیا شانتا کو اچھا گھر نہ ملتا؟ رائے بندا پرساد نے تو اشارے اشارے میں اپنے لڑکے کے لئے بات بھی چلائی تھی۔ لیکن جو قسمت میں ہی نہیں تھا، وہ کہاں سے ملتا؟

راج رانی سیٹھانی ہے۔ "مالکن بہو" ہے۔ صبح آٹھ بجے ہزار روپے کے بڑھیا مہوگنی کے چاندی کے ٹھوس ڈنڈوں والی مچھّردانی سے سجے ہوئے پلنگ سے جمائیاں لینے اور کروٹیں بدلنے کے بعد اُٹھتی ہے۔ پھر چائے پی کر کچھ دیر آرام کرسی پر لیٹتی ہے۔ اور کوئی اخبار اُلٹتی پلٹتی ہے لیکن زیادہ تر رات کا ادھورا کوئی ناول پڑھنے میں لگ جاتی ہے۔ پھر ایک گھنٹے کے بعد ایک دو انگڑائی، ایک آدھ جمائی لے کر حوائج ضروری سے فارغ ہونے جاتی ہے۔ پھر کچھ دیر نوکروں چاکروں کو "یہ کرو۔ وہ کرو۔ یہ ہوا۔ وہ ہوا" غرض حکم احکام اور سوالات سے انہیں متوجہ کر کے موقعہ مناسب ہوا تو ذرا گپ شپ لگا گیارہ بجے نہانے جاتی ہے۔ بارہ بجے تک نہا دھو کر، ساج سنگار کر کے چوکے میں پہنچتی ہے۔ کیونکہ پتی دیوتا کے کوٹھی سے لوٹ کر آنے کا وقت ہو رہا ہوتا ہے۔ دیکھ بھال کرنے کے بعد یا کسی خاص چیز کی تیاری کرنے کا حکم دینے کے بعد اپنے کمرے

میں چلی جاتی ہے۔ پتی دیو آتے ہیں، کپڑے اُتارتے ہیں۔ سردیوں کے دن ہوئے تو سکھو کہار سے مالش ہوتی ہے۔ گرمی کے دن ہوئے تو چنبیلی کے تیل کی مالش صرف سر ہی تک محدود رہتی ہے۔ اس کے بعد اشنان ہوتا ہے۔ پھر "چھوٹے مالک" بھوجن پر بیٹھتے ہیں۔ "بڑے مالک" اکثر کاشی میں رہتے ہیں۔ دھرم ہٹو رہے ہیں۔ جب یہاں رہتے ہیں تب بھی کاروبار کی دیکھ بھال کم ہی کرتے ہیں۔ ان کی بیوی بہت دن پہلے مر چکی تھی۔ راج رانی کے پتی دیو بھی اپنی پہلی سیٹھانی کو پرلوک بھیج چکے ہیں۔ راج رانی کی باری بعد میں آئی ہے:

قریب قریب راج رانی کو آرام ہی آرام ہے۔ کام کچھ ایسا نہیں۔ روپے ہے۔ دھن ہے، نوکر ہیں، چاکر ہیں، موٹر ہے، سینما ہے، گپ شپ ہے، کتابیں ہیں، دلچسپی کے کتنے ہی سامان ہیں۔ شوہر کے ساتھ کبھی سنیما چلی جاتی ہے کبھی موٹر لے کر سیر کو یا سکھی سہیلیوں سے ملنے نکل جاتی ہے۔ کبھی چار عورتیں میل ملاقات کو آ گئیں تو تاش کا کھیل جم جاتا ہے لیکن ویسے لمبے دن زیادہ تر سُونے سُونے سے لگتے ہیں۔ کیسے بیتیں یہ دن! کبھی سو جاتی ہے کبھی ٹیلیفون کے ڈائیل سے کھیلتی ہے۔ "ہیلو منجو...... !" کوئی جواب نہیں۔ پھر "ہیلو کانتا!......!" "بہن جی! کانتا اپنی جیجی رادھا کے ساتھ کہیں گئی ہیں۔" تب ریڈیو کا سوئچ دب جاتا ہے اور پلنگ پر پڑ جاتی ہے!

ہاں! وہ بڑے آرام سے ہے۔ راج کرتی ہے۔ کس کی ایسی قسمت ہو گی!

شروع شروع میں راج رانی بھی شاید ایسا ہی سوچتی تھی۔ اوپر سے کچھ کہتی ہو لیکن اندر سے اپنے اس سچ مچ کی راج رانی ہونے پر پھولی نہ سماتی تھی! حکومت کی دُنیا پا کر اس کی چھاتی غرور و ناز سے تنی رہتی۔ لیکن کب تک یہ اپنے آپ کو بھلائے رکھ سکتی تھی؟ اور بھلانے کا اس کے پاس سامان بھی کیا

تھا۔ اُس کا دل اِدھر اُدھر جھانکتا تھا۔ اُس کی نسوانیت پیاسی پیاسی! اپنے اندر گھٹتی، تڑپتی اور کبھی بغیر سمجھے کہ وُہ کیا چاہتی ہے، ایک گہرا سانس لیتی تھی!

وُہ بڑے آرام سے ہے! لیکن یہ آرام بھی اس کے لئے خوفناک بن گیا ہے! آرام و راحت کا یہ سارا سامان، یہ ساری دولت جیسے ایک طنز سی اُس کی زندگی سے ٹکراتی ہے!

لمبے دن، اِس آرام کی زندگی میں جیسے اَور بھی لمبے ہوتے جاتے ہیں! اور راتیں ایسی جن کا آنا نہ آنا اس کے لئے برابر ہے۔ جب اُسے نیند کی ضرورت ہوتی ہے نیند نہیں آتی۔ جب اُسے جاگنا چاہیے تو وہ سوتی رہتی ہے۔ اس کے گلے سے اندر ہی اندر ٹکرا کر رہ جانے والے الفاظ بار بار نکلتے ہیں — "بڑے آرام سے ہُوں! کاش میں آرام سے نہ ہوتی! میرے سامنے بھی کچھ کام ہوتا!"

وُہ جانتی ہے، بیکاری سے اُس کی زندگی مضمحل ہوتی جاتی ہے۔ نہ حرکت نہ حس۔ اُمنگ نہ جوش۔ بس اتنی حس ہے کہ حس کا علم ہے۔ باقی سب کچھ دُھندلا بیجان، جس کا بند ٹوٹ گیا ہو، ایسی دھارا میں بہنے والی زندگی! کوئی سہارا نہیں، کوئی بند نہیں۔ سب کچھ بے جان مشین کی طرح چلتا ہُوا، بے لُطف، پھیکا!

اِس لئے راج رانی فکرمند رہنے لگی۔ نیند آتی ہے۔ نہیں بھی آتی۔ نیند پر اُس کا کچھ اختیار نہیں۔ طبیعت پر تو جیسے بالکل نہیں۔ مدھُر مدھُر بولنے والی راج رانی جھنجھلائی رہتی ہے۔ مزاج چڑچڑا ہو گیا ہے۔ اب اِس سے اُلجھی، اُس سے ٹکرائی!

اور جب دِل کی یہ حالت ہو رہی ہے، چوری چوری شیطان اُس کے دِل میں گھُس رہا ہے۔ کبھی کبھی راج رانی چونکتی ہے اور اپنے کو دیکھ کر کانپ اُٹھتی ہے مشکل یہ ہے کہ بھُولنے اور اس آرام کی زندگی سے لُطف و سُکھ اُٹھانے

کے لئے سامان بھی اُس کے پاس نہیں ہے۔ اس کے پاس وقت ہی وقت ہے اور کام کچھ نہیں۔ پھر کس میں وہ اپنے کو اُلجھائے کہ یہ سُونے دن اور اس سے زیادہ سُونی راتیں کٹ سکیں۔ نتیجہ یہ ہے کہ چونکہ وہ دُوسروں کے سامنے کم ہوتی ہے، تنہائی میں اُسے اپنا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ اور غالباً یہی اپنا سامنا کرنا راج رانی جیسیوں کے لئے سب سے خوفناک ہے! اس آئینے میں مُنہ ہی دکھائی دیتا تو کوئی بات نہ تھی۔ اس میں تو دِل اور رُوح بھی بے حجاب و عُریاں نظر آجاتی ہے ؏

اور اب راج رانی سوچتی ہے ——" آرام کی یہ زندگی! آہ! کیسی ہے آرام کی یہ زندگی!" —— اور دروپدی کے چیر سا اُس کا دُکھ اور اُس کی چنتا بڑھتی ہی جاتی ہے ؏

محنت مشقّت کرنے والی شانتا

شانتا صبح چار بجے اُٹھ جاتی ہے۔ بھگوان کو یاد کرتی ہے۔ اور پتی، ساس، سُسر اور نند وغیرہ کُنبہ والوں کی بھلائی کے لئے پرارتھنا کرتی ہے۔ اس کے بعد گھر کی صفائی کر ڈالتی ہے۔ تب نہاتی ہے۔ پھر تھوڑی دیر دھیان پُوجا۔ اس کے بعد سگڑی سُلگا کر صبح کا ناشتہ تیار کرتی ہے۔ جب تک سا گھر کے لوگ اُٹھتے ہیں، اس کا بہت سا کام ختم ہو چکا رہتا ہے۔ جس سے اُٹھنے پر ملی، دو پیاری پیاری باتیں کیں دِل خوش کرنے والی۔ ہنستے مُسکراتے ہر ایک کا سواگت کیا۔ جیسے صبح ہوتے ہی دُنیا مُسکرانے لگتی ہے، ویسے ہی شانتا کے اُٹھنے سے سارا گھر ہنسنے لگتا ہے۔ ناشتہ تیار ہونے پر سب کو بٹھا کر ناشتہ کراتی ہے۔ اس کے بعد شوہر کے پاس بیٹھ کر تازہ اخبار دیکھتی یا

مطالعہ کرتی ہے کبھی بات چیت کرتی ہے۔ اپنی مشکلات، گتھیاں، دکھ، درد سبھی پر وقت وقت پر بات ہوتی ہے۔ لیکن ان میں کبھی جھنجھلاہٹ نہیں آتی۔ محبت اور ہمدردی کے جذبات سے سب بھیگا ہوتا ہے۔ ٹھیک آٹھ بجے رسوئی گھر میں چلی جاتی ہے اور نو بجے تک کھانا تیار ہو جاتا ہے۔ یہی کھانا بنانے میں دوسری عورت کو دو گھنٹے لگتے۔ لیکن وہ کچھ ایسے حساب سے کام کرتی ہے کہ گھنٹے کا کام آدھ گھنٹے میں ہوتا ہے۔ شوہر کو اور نند کو ہنس ہنس کر کھانا کھلایا۔ نند کو سکول بھیجا اور پان الائچی دے کر شوہر کو آفس کے لئے رخصت کیا۔ پھر کپڑے دھونے بیٹھ گئی۔ کپڑے دھو کر دھوپ میں سوکھنے کو ڈال دئے اور پھر ساس وغیرہ کو کھانا کھلایا۔ تب خود کھانے بیٹھی۔ اس کے بعد کچھ دیر آرام کیا۔ پھر ساس کے پاس بیٹھ کر سینا پرونا، کپڑے لتے کا کام کرتی رہی۔ کبھی کوئی سکھی سہیلی آگئی تو اس سے بات چیت چلی۔ کبھی سکھی سہیلیوں کے گھر بھی گئی۔ پھر چار بجے چولھا سلگا کر ناشتہ تیار کیا۔ شوہر اور نند کو آتے ہی ناشتہ کرایا۔ دو میٹھی باتیں کیں۔ کپڑے تہ کر کے رکھے۔ کھانا بنایا، کھلایا اور پھر تھوڑی دور شوہر کے ساتھ ٹہلنے چلی گئی۔ اس کی نند مادھوری بھی اکثر ساتھ رہتی ہے۔ آٹھ بجے تک لوٹ کر، کچھ بات چیت، کچھ اِدھر اُدھر کی۔ پھر بستر بچھونے ٹھیک کئے اور نو بجے مالک کو یاد کر کے اس کا شکریہ ادا کرتی ہوئی سو گئی۔

صبح سے شام تک کام ہی کام ہے لیکن شانتا ہے کہ اسے کچھ معلوم ہی نہیں ہوتا۔ اسے اس کام ہی میں آرام ہے۔ کبھی کسی دن بھی اس کے دل میں یہ حسرت پیدا نہ ہوئی کہ وہ راج رانی ہوتی! اسے جو کچھ ملا ہے، وہ اسی میں خوش اور مطمئن ہے۔ اس کے پاس اتنا وقت بھی نہیں کہ طرح طرح کی آرزوئیں اور تمنائیں اس کے دل میں طوفان اٹھائیں۔ شوہر کے نزدیک وہ اعتماد و اعتبار

کی مُورتی ہے۔ اُسے ازدواجی زندگی کی سب سے بڑی دولت حاصل ہے۔ یہاں جو کچھ ہے اُس کا ہے۔ اس کا گھر ہے۔ اس کا شوہر ہے۔ اُس کی ماں (ساس) ہے۔ (نند) ہے۔ اس کی ماں ہیں۔ اس اپنے پن میں لپٹی ہوئی، وہ ہر طرح مطمئن اور مسرور ہے۔ نام کے لئے بھی اضطراب ہے نہ بے اطمینانی۔ نہ جھنجلاہٹ نہ بے لُطفی!

عورت کا ایک بڑا روگ "فیشن پرستی"

یورپ کی عورتوں کی طرح اب ہمارے مُلک کی عورتیں بھی طرح طرح کے فیشنوں کی مدد سے مردوں کو اپنی طرف مائل کرنے کی زیادہ سے زیادہ کوشش کر رہی ہیں۔ جُوں جُوں فیشن پرستی بڑھتی جا رہی ہے مُلک اخلاقی پستی کے غار کی طرف بڑھتا جا رہا ہے۔ دُوسرے لفظوں میں اخلاقی پستی کا دُوسرا نام فیشن ہے! سادہ چال ڈھال کی عورت جتنی پاکباز ہوتی ہے فیشن ایبل عورت کا دل اُتنا ہی بُرے خیالات سے بھرا ہوتا ہے۔ ایک فیشن ایبل عورت جب بناؤ سنگار کرتی ہے تو اُس کا مقصد ہی یہ ہوتا ہے کہ کوئی مرد اُس کی طرف دیکھے۔ ایک معمولی چال ڈھال کی عورت سڑکوں سے گزر جاتی ہے، اُسے کوئی نہیں دیکھتا لیکن جب فیشن ایبل عورت بن سنور کر چلتی ہے تو اس کی طرف سینکڑوں آنکھیں اُٹھ جاتی ہیں۔ عورت جب خود چاہتی ہے کہ مرد اُس کی طرف دیکھے تو مرد کیوں نہ اُسے دیکھے؟ مردوں کو اپنی طرف متوجہ کرنے کیلئے ہی عورتیں طرح طرح کے فیشنوں سے آراستہ ہو کر نمائشوں، پارکوں اور میلوں تماشوں میں گھومتی ہیں۔ ابھی تھوڑے دن ہوئے دہلی کی ایک معزز خاتون نے مردوں کو الزام دیتے ہوئے لکھا تھا کہ "مردوں کی ذلیل حرکتوں کے باعث آج کل حسین و قبول صورت عورتوں کا باہر نکلنا بہت مشکل ہو گیا ہے۔ مردوں کی آنکھیں ہر جگہ اُن کے پیچھے پیچھے لگی رہتی ہیں ریل

گاڑیوں میں سفر کرنا اور نمائشوں میں جانا تو عورتوں کے لیئے اور بھی مصیبت کا باعث بن جاتا ہے! پنجاب کے پچانوے فی صدی مرد ریل گاڑیوں میں سفر کرتی ہوئی عورتوں کو اس طرح گھورتے دیکھے جاتے ہیں، جیسے اُنہیں پی جانا تو کیا' کھا جانا چاہتے ہوں! اکثر مرد عورتوں کو گھورنے ہی کے لیئے نمائش میں جاتے ہیں۔ مہذّب اور غیر مہذّب، تعلیم یافتہ اور غیر تعلیم یافتہ ـــ ہر طبقہ کے مرد یکساں طور پر ریل گاڑیوں اور نمائشوں میں عورتوں کو گھورتے ہوئے پائے جاتے ہیں کتنے تو موقعہ پاتے ہی دھکّا بھی لگا دیا کرتے ہیں۔ راہ چلتی خوبصورت عورتوں کو بُرے بُرے گیتوں کے ذریعہ چھیڑنا تو ایک معمولی سی بات ہے!"

ہندی کی مشہور ادیبہ کملا دیوی نے خاتون مذکور کو جواب دیتے ہوئے ایک ماہنامہ میں لکھا ہے :۔

"آپ کا یہ کہنا بالکل ٹھیک ہے کہ ہم عورتیں جہاں کہیں بھی جاتی ہیں، کچھ کمینہ ذہنیت کے مرد ہمارا پیچھا کرتے ہوئے ضرور دکھائی دیتے ہیں۔ لیکن ایسا کیوں ہوتا ہے؟ ـــ میں تو کہوں گی کہ غالباً اسی لئے کہ ابھی ہمیں باہر نکلنا آیا ہی نہیں۔ ہمیں گھر اور باہر میں کوئی فرق ہی نہیں معلوم ہوتا۔ جس طرح ہم گھر کی محفوظ چار دیواری میں آزادی سے رہتی سہتی ہیں اور چلتی پھرتی ہیں، اُسی طرح ہم باہر بھی چلنا پھرنا چاہتی ہیں جو ہمارے لئے انتہائی ضرر رساں اور نقصان دہ ہے۔ ہمیں گھر سے باہر نکل کر اس بات کا پورا خیال رکھنا چاہیئے کہ گھر کا ماحول اَور ہے اور باہر کا اَور۔ چلنے پھرنے اور بولنے میں احتیاط برتنی چاہیئے۔ اس کا مطلب یہ نہیں کہ گھر سے باہر نکلتے ہی مُنہ کو تالا لگا لیں لیکن کم سے کم اس طرح سے نہ ہنسیں بولیں کہ لوگ ہماری طرف آنکھیں پھاڑ پھاڑ کر دیکھنے لگیں"۔

"مردوں کو ہماری طرف متوجہ کرنے والی دُوسری بات ہماری پوشاک ہے۔ آج کل جس بُری طرح ہماری بہت سی بہنیں فیشن کا شکار ہو رہی ہیں، اُسے دیکھ کر مرد تو مرد، ہم عورتیں بھی حیران رہ جاتی ہیں! غالباً فیشن کی بہار دیکھنے کے لئے ہمیں پیرس جانے کے لئے طویل سفر نہ کرنا پڑے گا۔ کیونکہ اب ہمارا اپنا بھارت ہی پیرس کے کان کاٹنے پر آمادہ ہے۔ جب ہم ہونٹ اور گال پینٹ کر کے چست بلاؤز اور مکڑی کے جالے کی طرح ساڑھی اور اُونچی ایڑی کا جوتا پہن کر بازار میں نکلیں گی اور سبھا سوسائٹی میں جائیں گی تو اگر نوجوانوں کی ٹولی ہمارے پیچھے پیچھے چلے تو اس میں تعجب ہی کیا ہے؟ نمائش میں جب ہم خود نمائشی پری بن کر جائیں گی تو پھر ہمیں لوگ آنکھیں پھاڑ پھاڑ کر ضرور دیکھیں گے۔ نمائش میں لوگ حسین چیزوں کو دیکھنے، خریدنے اور دل بہلانے کے لئے ہی جاتے ہیں۔ پھر اگر کوئی کسی نمائشی پری کو للچائی آنکھوں سے دیکھے تو اس میں بگڑنے کی بات ہی کیا ہے؟"

سچ بات تو یہ ہے کہ عورتیں خود چاہتی ہیں کہ مرد اُن کی طرف دیکھیں۔ میں یہ نہیں کہتا کہ ساری ہی عورتیں ایسی ہیں جن کے خیالات ایسے ہیں لیکن میں یہ ضرور کہہ سکتا ہوں کہ آج کل عورتوں کی ذہنیت بہت تیزی کے ساتھ بدلتی جا رہی ہے۔ انگریزی تعلیم اور تہذیب سے بہرہ ور ہونے کے باعث آج کل عورتیں یہ چاہنے لگی ہیں کہ مرد اُن کی طرف دیکھیں۔ وُہ فیشن ہی کے ذریعہ مردوں کی آنکھوں کو دعوتِ دید دیتی ہیں ۔

آج کل عورتیں فیشن پر اس بُری طرح مرنے لگی ہیں کہ وہ فیشن کے سامنے اپنے شوہر کے دُکھ سُکھ کی بھی پروا نہیں کرتیں۔ میں اپنے کئی دوستوں کو جانتا ہوں جو اپنی فیشن پرست بیوی ہی کی مہربانیوں سے کئی دوکانداروں کے

مقروض رہتے ہیں۔ گھر میں کھانے کو ہو یا نہ ہو، شوہر کے پاس گھر کی ضرورتوں کے لئے پیسے بچتے ہوں یا نہ بچتے ہوں، لیکن بیوی کو ہر روز نئی ساڑھی بدلنے کے لئے ضرور چاہیئے۔ شوہر بیچارہ چاہے دو ایک معمولی کپڑوں سے گزارا کر لے، لیکن بیوی کو جب تک روز نئی ساڑھی بدلنے کو نہ ملیگی اُسے چین نہیں۔ ایک اُستانی جی خود تو روز نئی ساڑھی پہن کر سکول جاتی ہیں لیکن اُن کے شوہر صاحب ہمیشہ پھٹا ہوا کُرتہ پہنے رہتے ہیں۔ غالباً اپنی فیشن پرستی کے آگے اُنہیں اپنے شوہر کی پروا نہیں رہتی۔ بیوی اور خاوند میں اکثر جھگڑا بھی فیشن ہی کے بارے میں ہوتا ہے۔ میرے دوستوں میں ایک وکیل صاحب ہیں جو ہر ہفتہ اپنی بیوی کو ایک نئی ساڑھی لاکر دیتے ہیں۔ جس ہفتہ میں وُہ ساڑھی لاکر نہیں دیتے، اُنہیں بیوی کی سخت وسُست باتوں کا سامنا کرنا پڑتا ہے!

کتنی عورتیں زیوروں کیلئے اپنے شوہروں کا جینا اجیرن کر دیا کرتی ہیں۔ میں ایسے کتنے مردوں کو جانتا ہوں جنہوں نے اپنی بیویوں کے شدید تقاضوں پر قرض لے کر زیور بنائے اور اس کے عوض میں اُنہیں طرح طرح کی مشکلات اور مصیبتوں کا سامنا کرنا پڑا! بیوی کی فرمائشوں کو برابر پوری کرتے رہنے کے باعث ایک بیرسٹر صاحب کا بنگلہ تک نیلام ہو گیا۔ اور اُن کی وہ موٹر بھی نیلام ہو گئی جس پر بیٹھ کر کبھی اُن کی فیشن ایبل بیوی ہوا خوری کے لئے جایا کرتی تھی۔ بیچارے بیرسٹر صاحب اس وقت کرائے کے مکان میں رہتے ہیں۔ تعجب تو یہ ہے کہ اتنے پر بھی ان کی بیوی کے دِل سے فیشن پرستی کا شوق نہ گیا!

کیا عورتوں کی یہ فیشن پرستی سماج اور مُلک کو تباہی و بربادی کے غار کی طرف نہیں لے جا رہی ہے؟

دیمک لگے گھرانے

میرے سامنے ایک شادی شدہ عورت کا ایک دردبھرا خط پڑا ہوا ہے۔ اس میں وہی رونا ہے جو ہزاروں کو روتے ہم نے زندگی میں دیکھا ہوگا۔ اسے سب سے بڑی شکایت یہ ہے کہ میں نے سب کچھ کیا۔ اپنے پتی کے لئے ہر طرح کی تکلیف سہتی رہی لیکن ہماری گھریلو زندگی مایوسی اور دُکھ سے بھری ہوئی ہے۔ ماحول میں جیسے ایک بوجھ ہے اور ہم سب اُس بوجھ سے دبے ہوئے ہیں۔ اُسے سمجھ میں نہیں آتا کہ کیسے زندگی کو سُکھی بنانے کا تصوّر کیا جا سکتا ہے؟

اس عورت کی حالت سچ مچ قابل رحم ہے۔ میں اسے اچھی طرح جانتا ہوں۔ بہت قریب سے میں نے اسے دیکھا ہے۔ ایک نیک دل اور شریف عورت ہے۔ اس کے دل میں کوئی مَیل نہیں۔ رنگ رُوپ بھی اچھا ہے۔ اور جب اُس کی شادی ہوئی تھی تو صحت بھی کافی اچھی تھی۔ محنتی ہے۔ فضول خرچی اور فیشن کی دیمک اُس کی زندگی میں کبھی نہیں لگی۔ گرہستی میں اُس نے تکلیف بھی اُٹھائی ہے۔

پھر بھی وُہ دُکھی ہے۔ اُس کی صحت گر گئی ہے۔ اُس کا فکر اور تردّد بڑھ گیا ہے۔ اور زندگی کی راہ میں چلتے ہوئے اکیلے پن کا احساس اُس کے دل میں بھر گیا ہے۔

جب کبھی میں اس عورت کو دیکھتا ہوں تو دِل رحم اور ہمدردی سے بھر جاتا ہے۔ مجھے افسوس اس لئے ہوتا ہے کہ وہ صاف دِل عورت ہے اور زندگی کی مشکلات کو جھیلنے میں کبھی پیچھے نہ رہی۔

تعجب یہ ہے کہ اپنے شوہر میں اِسے کوئی ایسی بات دکھائی نہیں دیتی جو

ازدواجی زندگی کی ناکامی یا دُکھ کا باعث ہو۔ وہ ایک محنتی، ایماندار، سنجیدہ طبیعت کا آدمی ہے۔ اور کوئی ایسی عادت اُسے نہیں جس کے باعث بیوی کا مایوس یا دُکھی ہونا لازمی ہو!

پھر بھی شوہر دُکھی ہے ــــ بیوی دُکھی ہے ــــ اور اس عورت کی سمجھ میں یہ بات نہیں آتی کہ یہ سب کیوں ہے؟

میں اس عورت کے شوہر سے بھی ملا ہوں اور اُسے سمجھنے کی کوشش کی ہے۔ وہ ایک سمجھدار آدمی ہے اور ضبط و تحمل میں اپنی بیوی سے کچھ کم نہیں۔ اور اُس کی بیوی آرام سے رہے، اِس کی اپنے امکان بھر کوشش کرتا ہے۔ فضول خرچ نہیں ہے اور گرہستی کے کاموں کی طرف توجہ بھی دیتا ہے۔ اپنی بیوی کے متعلق وفاداری کے جذبات بھی اُس میں ہیں۔ تب بھی دُکھ ہے، رونا ہے، جھنجھلاہٹ ہے اور زندگی کی گاڑی کے پہیے رُک رُک کر چلتے ہیں۔ آواز کرتے ہوئے۔ سب کچھ ہو کر بھی کچھ نہیں ہے۔ اور زندگی میں ایک عجیب سُونا پن بھر رہا ہے!

اصل بات تو یہ ہے کہ ازدواجی زندگی میں ایمانداری اور وفاشعاری ہی سب کچھ نہیں ہے۔ اس ایمانداری اور وفاشعاری کو زندگی میں کس طرح برتا جائے، اسے جاننے اور اس کے مطابق عمل کرنے پر ازدواجی زندگی کی مسرّت و راحت موقوف ہے۔ پُرمسرّت ازدواجی زندگی گزارنا ایک فن ہے اس میں قدم قدم پر سلیقہ مندی و ہوشیاری کی ضرورت ہے۔ یہی وجہ ہے کہ خوش مزاج اور ہنس مُکھ جوڑے ازدواجی زندگی میں سنجیدہ جوڑوں کی نسبت زیادہ سُکھی دیکھے جاتے ہیں۔

اُس عورت میں جس کا ذکر میں نے ابھی کیا ہے، ساری خوبیاں ہیں لیکن

ایک ایسا عیب ہے جس نے ساری خوبیوں پر پانی پھیر دیا ہے۔ اُس کی خطا یہ ہے کہ وُہ ہنسنا نہیں جانتی۔ اسے خوش مزاجی چھُو تک نہیں گئی۔ اکثر اس کا مُنہ لٹکا رہتا ہے۔ جب اسے کوئی رنج یا غم نہیں ہوتا، تب بھی اُس کے چہرے کو دیکھ کر یہ معلوم ہوتا ہے جیسے کوئی افسوسناک سانحہ ہو گیا ہے!

مانا کہ آج کل کے زمانے میں معمولی حیثیت رکھنے والے کے چاروں طرف دُکھ اور مشکلات کے پہاڑ کھڑے ہیں سُکھ اور چین خواب و خیال ہو گئے ہیں لیکن بسورنے اور ٹسوے بہانے سے تو کچھ بننے سے رہا۔ جو عورت ہر وقت مُنہ لٹکائے ہوئے ہو، اُس کی رفاقت و معیت میں زندگی کی کانٹوں سے بھری راہ طے کرنا بہت مشکل ہے۔ مانا یہ عورت اکیلے گرہستی کے سارے کام کرتی ہے لیکن اِن کاموں کو کرتے ہوئے اُسے وہ خوشی نہیں ہوتی جو اُسے اپنا گھر سنبھالنے میں ہونی چاہئے۔ وُہ اس گدگدی سے بھری ہوئی مسّرت کا احساس نہیں کرتی جس میں "اپنے" گھر کو بنانے کا جذبہ ہوتا ہے۔ وہ صبح سے رات تک کام میں لگی رہتی ہے لیکن یہ سب کام وُہ ایک مزدُورنی کی طرح کرتی ہے۔ گھر کی مالکہ گھر کی لکشمی کی طرح نہیں! ہر ایک کام کرتے ہوئے اس کی جھنجھلاہٹ بڑھتی ہے۔ اس کی شکایتوں میں اضافہ ہوتا جاتا ہے۔ وُہ دل میں بڑبڑاتی ہے۔ یہ جھنجھلاہٹ ذرا سا دباؤ پڑتے ہی باہر آجاتی ہے اور سارے گھر کے دُکھ کا باعث بن جاتی ہے!

کوئی نوکر، نوکرانی اس کے یہاں زیادہ دن تک نہیں ٹھہرتی۔ جب وہ کوئی ذرا سی بات پوچھتے ہیں تو وہ اُن سے لڑ پڑتی ہے۔ جھنجھلا کر یا طنز بھرے لفظوں میں بولتی ہے۔ نوکر سے کوئی غلطی ہوتی ہے تو وہ ایک تماشا کھڑا کر دیتی ہے۔ بچے ہنستے کھیلتے، دل میں اُمنگ لئے ماں سے کچھ کہنے آتے ہیں

لیکن اُس کا مُنہ اور اُس کے تیور دیکھتے ہی سہم جاتے ہیں۔ وہ ذرا سی بات پر بچّوں کو پیٹ دیتی ہے۔ اگر اس کا شوہر اس سے کوئی بات کہتا ہے تو وہ اس طرح خاموش رہتی ہے جیسے اُسے اس بات سے کوئی سروکار نہیں۔ اور جب وہ کسی کام کو اس کی رائے کے بغیر کر لیتا ہے تو لمبا سانس کھینچ کر کہتی ہے ـــ "میں کون ہوتی ہوں"!

سچ مچ ایسی عورت کے ساتھ زندگی کے دن کاٹنا مشکل ہے۔ جب جب میں اُس عورت کی ذہنیت اور طبیعت پر غور کرتا ہوں تو میرے سامنے ایک دُوسری عورت کی تصویر آ جاتی ہے۔ یہ عورت بھی کچھ غیر معمولی ماحول میں نہیں پیدا ہوئی۔ پہلی ہی عورت کی طرح وہ ایک متوسط طبقہ کے گھر میں پیدا ہوئی تھی۔ اُسے کچھ اچھی تعلیم بھی نہ ملی۔ ازدواجی زندگی میں وہ پہلی جتنی ایماندار بھی نہیں ہے، نہ اتنی محنت ہی کر سکتی ہے۔ دُکھی عورت کی نسبت کاہل بھی ہے۔ اور اس میں فیشن پرستی اور سج دھج کا شوق بھی زیادہ ہے لیکن اُس کا شوہر اس سے خوش ہے۔ پاس پڑوس کے لوگ اُس سے خوش رہتے ہیں۔ نوکر چاکر اس کے پاس کام کرتے ہوئے خوشی محسوس کرتے ہیں۔ اور دُکھ کا منحوس سایہ گھر سے دُور رہتا ہے۔ زندگی کی گاڑی اپنی قدرتی رفتار سے راستہ طے کرتی چلی جا رہی ہے۔

یہ عورت دل کی اتنی صاف بھی نہیں ہے۔ وہ باتونی بھی خوب ہے۔ جو ہر عورت کے لئے سب سے بڑا خطرہ ہے لیکن وہ جب بولتی ہے، اُس کے مُنہ سے پھُول جھڑتے ہیں۔ وُہ زندگی کی کامیابی کا ایک بہت بڑا "گر" پا گئی ہے۔ وُہ پیٹھ پیچھے جس پر نکتہ چینی کرتی ہے، اُس سے بھی ہنس کر بولتی ہے۔ کامیاب زندگی گزارنے کے لئے خوش مزاج اور ہنس مُکھ ہونا کتنا

ضروری ہے، وہ خوب سمجھتی ہے۔ وہ نوکروں سے ہنسی ہنسی میں اُن کی طاقت و خواہش سے زیادہ کام کرا لیتی ہے۔ وہ بچوں کی غلطیوں پر آنکھیں نہیں نزیرتی۔ میٹھی زبان سے انہیں سمجھا دیتی ہے۔ وہ شوہر کے کاموں کی دُوسروں کے سامنے تائید کرتی ہے اور کوئی تلخ بات ہوتی ہے تو ہنس کر ٹال دیتی ہے!

جب پہلی عورت دن بھر کے بعد کام پر سے لوٹنے والے شوہر کے سامنے مُنہ لٹکائے اور گھر گرہستی کی شکایتوں کا رجسٹر کھولے ہوئے آتی ہے تب دُوسری کے ہاتھوں میں ناشتے کی ایک طشتری اور ٹھنڈے پانی کا گلاس ہوتا ہے اور ہونٹوں پر ایک دلفریب مُسکراہٹ۔ اس کا چہرہ جیسے پتی کے سواگت میں کھِلا پڑتا ہے۔ وہ مدھر بول، ذرا ہنسی اور بچارا مرد سکون و مسرت کی سانس لیتا ہے۔ چھاتی پر سے دُکھ کا پہاڑ اُتر جاتا ہے اور دن بھر کے کام کی تکان جیسے دُور ہو جاتی ہے!!

خاوند کیا چاہتا ہے؟

یہ یاد رکھنے کی بات ہے کہ شادی شدہ عورت کی خوش نصیبی کو تباہ کرنے والی سب سے بڑی چیز اُس کی طرف سے شوہر کی مایُوسی ہے۔ دن بھر کی محنت اور جانفشانی کے بعد اگر کوئی شوہر اپنی بیوی سے اس سکون بخش میٹھے بول اور خوش طبعی کی اُمید رکھتا ہے جو دھوپ سے جھلستے ہوئے درخت میں ٹھنڈا پانی ڈالنے کی طرح ہے، تو کوئی ناممکن اور بڑی چیز نہیں مانگتا۔ ازدواجی زندگی کی کامیابی کے لئے جتنے اوصاف ضروری ہیں، اُن میں میرے نزدیک ہنس مُکھ اور خوش مزاج ہونا سب سے زیادہ مؤثر وصف ہے۔ اس کی ضرورت مرد کے لئے کچھ کم نہیں ہے لیکن عورت میں اِس کا ہونا بہت ضروری ہے اور اِس کی

عادت ڈالنا اس کے لئے مرد کی نسبت آسان بھی ہے۔ کیونکہ مرد کو جیسی کٹھور حقیقتوں کی دُنیا میں چلنے کے لئے مجبور رہونا پڑتا ہے، وہ عورت کی زندگی میں اس شدّت کے ساتھ ظاہر نہیں ہوتی ؛

میں نے کتنی عورتوں کی زندگی کو صرف اسی عیب کے باعث تباہ ہوتے دیکھا ہے۔ کوئی دُوسری بات مرد کو گھریلو زندگی سے اتنی جلدی نہیں بیزار کر دیتی جتنا مُردنی وافسُردگی سے بھرا ہؤا ماحول! وہ زندگی کی پیکار سے تھکا اور پیاسا، گھر میں یہ اُمید لئے ہوئے آتا ہے کہ یہاں پیار ومحبت اور خندہ روئی وشگفتہ مزاجی کا جو جھرنا بہ رہا ہے، اُس کے ٹھنڈے پانی میں نہا کر ساری تکان دُور ہو جائے گی۔ اور اُسے پی کر کچھ دیر تو سیرابی کا احساس ہوگا۔ پاؤں میں اگلی منزل تک چلنے کی طاقت آئے گی اور دل میں مشکلات کو جھیلنے کے لئے چستی پیدا ہوگی جب وقت اِس طرح کی اُمیدوں سے اس کا دل معمور ہو، اُس میں ترنگیں اُٹھ رہی ہوں، اُس وقت پہلی عورت کا گھر جو منظر پیش کرتا ہے، اُس سے مرد کی اُمیدوں کی بیل پر اولے پڑ جاتے ہیں اور وہ سوچنے لگتا ہے کہ یہ کیا ہے؟ اور کیوں ہے؟ اس کی اُمنگیں دب جاتی ہیں اور زندگی میں اکیلے پن کا احساس اُس میں بھر جاتا ہے ؛

خوش مزاج اور ہنس مُکھ رہنا ــــ عورت کے لئے سب سے فائدہ بخش وصف ہے۔ میں یہ صرف شوہر کے لئے یا گھر کی فضا کو دُرست رکھنے کیلئے نہیں کہتا۔ بلکہ ان سب سے زیادہ عورت کے لئے سُودمند سمجھ کر کہتا ہوں۔ عورت کا دل مرد سے زیادہ حسّاس ہوتا ہے۔ اس لئے اُس کی زندگی میں بہت سی باتیں ایسی آتی ہیں جو یوں بہت چھوٹی ہوتی ہیں، لیکن اُسے بہت زیادہ متاثر اور مضطرب کر دیتی ہیں۔ اور اگر عورت اِن چھوٹی چھوٹی باتوں کے لئے رونے

لگے یا رونے کی عادت ڈال لے تو اس کا جینا دوبھر ہو جائے گا اور وہ سارے گھر پر اپنی رونی صورت کا اثر ڈالے بغیر نہ رہے گی۔ وہ روئے گی اور رُلائے گی۔ خود دُکھی ہو گی اور دوسروں کو دُکھی کرے گی۔ اکثر شروع میں عورتیں اسے بہت معمولی بات سمجھتی ہیں اور کئی تو اسے شوہر کو اپنا حامی وہم رائے بنانے اور کنبہ کے دوسرے افراد کے خلاف ایک حربہ کے طور پر استعمال کرتی ہیں اور رونے اور رُوٹھنے کی عادت ڈالتی ہیں لیکن ہر حالت میں وہ ایک ایسی بڑی غلطی کرتی ہیں جو بعد میں لاعلاج مرض کی صورت اختیار کر لیتی ہے رونے کی عادت بہت بُری ہے۔ ایک بار اس کے جال میں پھنس کر پھر عورت اپنے کو بے بس پاتی ہے۔ وہ چاہتے ہوئے اس سے چھٹکارا نہیں پا سکتی۔ وہ ہنسنے کی کوشش کرتی ہے لیکن مُنہ پر چاندنی کی جگہ بادلوں کی تاریکی چھا جاتی۔ جو عورتیں حربے کے طور پر اس کا استعمال کرتی ہیں، وہ ایک خطرناک حربہ کے ساتھ کھیلتی ہیں۔ اُن کے لئے یہ یاد رکھنا ہمیشہ فائدہ مند ہو گا کہ یہ حربہ انتہائی بے اعتبار اور بھروسے کی چیز ہے۔ اگر اس کی مدد سے وقتی یا عارضی کامیابی حاصل ہوتی ہے، جب بھی عورت گھاٹے میں رہتی ہے۔ ایک تو ایسے حربہ کے سامنے تھوڑی دیر کے لئے، صرف دبّو، مرید زن اور کمزور دل کے شوہر ہی دبتے ہیں۔ دوسری بات یہ کہ اس سے گھر میں جو انتشار و بے اطمینانی پیدا ہوتی ہے، اس سے ہر شوہر میں، چاہے وہ کسی مزاج کا کیوں نہ ہو، ایک جھنجھلاہٹ پیدا ہو جاتی ہے اور وقت کے ساتھ یہ جھنجھلاہٹ بڑھتی جاتی ہے۔ یہ یاد رہے کہ جو شوہر کسی اصول وضابطہ اور فرض کے لئے نہیں بلکہ عورت کا مُنہ اور آنسو دیکھ کر اپنے ماں باپ اور دوسرے عزیزوں کو چھوڑ سکتا ہے، وہ وقت آنے پر اسی عورت کی طرف سے آنکھیں پھیر لینے سے بھی باز نہ رہے گا!

دِل جیتنے والی ہنسی!

اس لئے ہر حالت میں عورت کے لئے مناسب یہ ہے کہ وُہ ہمیشہ ہنس مکھ رہنے کی عادت ڈالے۔ یہ کوئی مشکل بات نہیں ہے۔ میں اپنے تجربہ سے کہہ سکتا ہوں کہ خوش مزاجی ایک آسان وصف ہے جو ایمانداری کے ساتھ عادت ڈالنے پر بآسانی حاصل کیا جاسکتا ہے۔ جو عورت چھوٹی چھوٹی دُکھی کرنے والی باتوں کو ہنس کر اُڑا دیتی ہے، وُہ گویا ہمیشہ ایک اعلیٰ اور قابلِ اعتبار حربہ کا استعمال کرتی ہے۔ دو منٹ کا ضبط و تحمل آگے کے لئے امرت بن جاتا ہے۔ اور ذرا سی غلطی یا ضبط نہ کرنے سے کبھی نہ ختم ہونے والے دُکھوں کا جو سلسلہ چل نکلتا، اُس کا خاتمہ ہو جاتا ہے۔ پہلی ہی عورت کی طرح بہت سی عورتیں اس آسان ہنسی کا استعمال کرنے کی جگہ بات کا بتنگڑ بنا دیتی ہیں اور خود دُکھی ہوتی ہیں۔ وہ بے وجہ دُکھ مول لیتی پھرتی ہیں۔ اُن کا چہرہ پیلا پڑ جاتا ہے۔ آنکھوں کی چمک اور جوت جاتی رہتی ہے۔ جسم مضمحل ہو جاتا ہے۔ اِن باتوں سے شوہر کا دِل جیتنے کی ناکام سعی کے پیچھے وُہ صحیح راستے سے بھٹک جاتی ہیں۔ اِس کے باعث شوہر کی بے دلی و بیزاری بڑھتی جاتی ہے۔ کوئی عورت پتی کی چنتائیں بڑھا کر اُس کی محبت حاصل کرنے کی کوشش کرتی ہے تو جیسے وہ ریت سے تیل نکالنا چاہتی ہے۔

بات بات پر رونے کا مرض

بدمزاج عورت کے اندر یہ عیب ہوتا ہے کہ وہ نہیں جانتی کہ کون کام کس طرح اور کس وقت کرنا چاہئے۔ اسے کبھی اپنا رونا رونے سے ہی فرصت نہیں ملتی۔ وہ جب شوہر کو کھانا کھلا رہی ہوتی ہے تو ایسی فکرمند بنانے والی

باتیں چھیڑ دیتی ہے کہ کھانا نہر ہو جاتا ہے۔ وہ بات بات پر بچّوں کو ڈانٹتی، بُرا بھلا کہتی اور ان کے ساتھ ساتھ شوہر کی خبر لیتی ہے۔ بچّے ایسی ماں سے ہمیشہ خائف رہتے ہیں۔ اُنہیں ماں کے پیار کے سائے میں پنپنے اور پروان چڑھنے کا موقع نہیں ملتا جس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ وہ بے قابو اور آوارہ گرد ہو جاتے ہیں اور موقعہ ملتے ہی گھر سے نکل جاتے ہیں۔ گھر میں اُن کے لئے کوئی کشش نہیں رہ جاتی۔ جب تک باہر رہتے ہیں، ماں کی ڈراؤنی آنکھوں اور درانتی کی طرح چلنے والی زبان سے بچے رہتے ہیں۔

جو عورت ہمیشہ اپنی قسمت کا رونا روتی رہتی ہے، جسے اپنے شوہر پر کڑی نکتہ چینی کرنے اور اُسے نیچا دکھانے کی عادت پڑ گئی ہے، اُسے ازدواجی زندگی میں سُکھی ہونے کی اُمید کبھی نہ رکھنی چاہئے۔ ایسی عورت ہمیشہ شک، اندیشہ اور سُراغرسانی یعنی بے اعتمادی کی دُنیا میں رہتی ہے۔ اگر اس کا شوہر کسی عورت سے کچھ بات کرتا ہے یا کسی عورت کی طرف دیکھتا ہے یا اُس سے ملتا ہے تو اس کا دل اندیشہ سے کانپ اُٹھتا ہے۔ اگر اس کا شوہر کسی عورت سے ہنس کر بات کرتا ہے تو اُس کے کلیجے پر سانپ لوٹ جاتے ہیں۔ اور وہ رشک و رقابت کی آگ میں جلنے لگتی ہے۔ وُہ شوہر کو غلام بنا کر رکھنا چاہتی ہے لیکن اُسے کیسے بس میں رکھا جا سکتا ہے، اِسے بالکل نہیں جانتی۔ نہ ہی جاننے کے لئے شوق و حوصلہ کا اظہار کرتی ہے۔ وہ یہ بھول جاتی ہے کہ بے اعتمادی سے شوہر اور بیوی، دونوں کے دل ایک دُوسرے سے دُور ہوتے جاتے ہیں۔ اور جس بات کے لئے مرد پر بے اعتمادی کی جاتی ہے، قدرتی طور پر وُہ اس کی طرف مائل ہوتا ہے۔ اس کی رَو کو روکنے کے لئے اعتبار و اعتماد ہی مضبوط بند ہے۔ اس طرح کی شکّی اور رونی عورت کو

کوئی عورت نہیں چاہتی۔ اور وہ جب عورتوں میں جاتی ہے تو اکثر عورتیں اس سے دامن بچانے کی کوشش کرتی ہیں۔ اس کے سلئے سے ڈرتی ہیں۔ ایسی عورت کو کوئی دل سے چاہنے اور پیار کرنے والی سہیلی نہیں ملتی۔ کیونکہ وہ کسی کا اعتبار نہیں کر سکتی۔ اور نہ اُس پر کوئی دُوسری عورت بھروسہ کر سکتی ہے:
اس کے برعکس جو عورت ہمیشہ ہنس مکھ رہتی ہے، اُس کی ہر طرف پُوچھ ہوتی ہے، بچے اُسے پیار کرتے ہیں، نوکر اُس کے مُنہ سے نکلی ہوئی بات کے منتظر رہتے ہیں۔ کُنبہ کے لوگ اور رشتہ دار اُسے مانتے ہیں اور عورتوں کی سوسائٹی میں ہمیشہ اُس کی موجُودگی کی ضرورت محسوس کی جاتی ہے۔ وہ دُوسروں کے دُکھ کو کم کرتی ہے اور اپنی دُکھ سہنے کی طاقت کو بڑھا لیتی ہے۔ اس کی صحت اچھی رہتی ہے۔ جسم میں چُستی موجود رہتی ہے اور چالیس سال کی عمر میں بھی وہ پچیس کی معلوم ہوتی ہے۔ دُکھ اور حالات کی ناسازگاری اُس کی صحت پر بہت کم اثر ڈال سکتی ہے۔ کیونکہ وہ اُن کو دِل تک پہنچنے اور اہمیت حاصل کرنے کا موقعہ ہی نہیں دیتی۔ ہنسی اور خوش مزاجی کے بہاؤ میں گھریلو زندگی کا کُوڑا کرکٹ بہ جاتا ہے۔ اور دُکھ دینے والے کانٹے اس طرح ہوا میں اُڑ جاتے ہیں:
یقیناً ازدواجی زندگی کا سُکھ اِس بات پر منحصر ہے کہ عورت کے مُنہ سے پھُول جھڑتے ہیں یا آنسو کے بادل ٹکراتے ہیں۔ ہنستا ہوُا چہرہ کھِلے ہوئے گلاب کے پھُول کی طرح دِل کے دامن کو کھینچتا ہے۔ جو عورت اپنی بولی میں امرت گھولتی ہے، اپنے شوہر کو دیکھتے ہی جس کا چہرہ کھِل اُٹھتا ہے اور جس کی بات چیت میں ہنسی اور گدگدی کی لہر اُٹھتی ہے، اُس کی ازدواجی زندگی یقیناً کامیاب ہوگی۔ ایسی عورت گھریلو زندگی کا سنگار

ہے۔ اور اِسے پاکر شوہر اپنی قسمت کو سراہتا ہے !!

ہمیشہ جوان رہنے والے گرہستی

مجھے اپنا بچپن یاد ہے۔ جب ہم گاؤں میں رہتے تھے، ہمارے ہاں ایک مزدورن آتی تھی۔ ایک دن صبح وہ نہیں آئی۔ تیسرے پہر آئی تو معلوم ہؤا کہ صبح اُس کے بچّہ ہؤا ہے۔ اور سب کاموں سے فراغت پا کر، کپڑے بدل کر وہ آگئی ہے۔ آج کل کی مہذّب عورتیں یہ سُن کر دانتوں تلے اُنگلی دبائیں گی۔ لیکن سنتھالوں اور گوڑوں میں اکثر دیکھا جاتا ہے کہ عورتیں کام کر رہی ہیں۔ یکایک درد ہؤا، درخت کے پیچھے کسی جھُرمٹ میں چلی گئیں اور وہیں بچّہ ہو گیا ؛

میرے ایک دوست ہیں جو کہا کرتے ہیں کہ دس بچّے پیدا کر کے بھی جو عورت ایسی معلوم ہو جیسے پچھلے ہی سال اس کی شادی ہوئی ہے، اُسے میں حسین تسلیم کرتا ہوں۔ ایک دن اُنہوں نے مجھے ایک مزدورنی دکھائی جو گیارہ بچّوں کی ماں تھی اور اُس کی عمر چالیس کے قریب تھی لیکن دیکھنے میں وہ بیس سے زیادہ نہیں معلوم ہوتی تھی۔ اس میں وہی ناز و ادا اور شرم و حیا تھی جو جوانی کے آغاز میں ہوتی ہے ؛

آخر یہ کیوں ؟ کیوں اُن کے سامنے ہمارے نوجوان قبل از وقت ہی بوڑھے معلوم ہوتے ہیں ؟ اور کیوں ہماری عورتیں جدید طریقۂ علاج اور سائنٹیفک دواؤں کی امداد کے باوجود طرح طرح کی مُہلک بیماریوں میں مُبتلا دکھائی دیتی ہیں ؟ اُن کے جسم میں خون نہیں ہوتا۔ رنگت زرد اور چہرے بے رونق ہوتے ہیں۔ کیوں یہ ماں بننے سے گریز کرتی ہیں اور

اس کی ذمہ داریوں کے احساس سے گھبراتی ہیں؟ اور اگر بچہ ہوتا بھی ہے تو بچے اور ان دونوں کی زندگی دوبھر ہو جاتی ہے —— دونوں اپنی قسمت کو روتے ہیں!

مردوں کی حالت تو اور بھی گئی گزری ہے! دس سال کی عمر میں اُن کی آنکھوں کی روشنی کم ہونے لگتی ہے سر میں چکر آنے لگتے ہیں سینہ بیٹھا، پیٹ نکلا ہوا، اُن کی آواز بے جان، ہنسی میں مُردنی، نہ اُمنگ ہے نہ ہمت، نہ جوش نہ ولولہ! جب بولتے ہیں تو بوڑھوں کی طرح۔ انہیں نہ اپنے اُوپر اعتماد نہ دُوسروں پر بھروسہ۔ ایسا معلوم ہوتا ہے جیسے شعبدہ گرنے کچھ ہوش و حواس سے خالی چلتے پھرتے پیکر پیدا کر دئے ہوں! مردانگی ان سے منفعل ہے اور ہمت و حوصلہ کو انہیں دیکھ کر شرم آتی ہے!

اِن دونوں طرح کے لوگوں میں اتنا فرق کیوں ہے؟ یہ کوئی سربستہ راز نہیں۔ سیدھی سی بات ہے کہ ہم نے اپنی ساری زندگی نقلی سہاروں پر کھڑی کر رکھی ہے۔ ہماری زندگی بالکل غیر فطری ہو گئی ہے۔ غیر مفید اور ناقص اناج اور کھانے کی دُوسری چیزوں نے کھوکھلا کر دیا۔ اور جو بچا، اُسے جھوٹی دوائیوں، بے احتیاطیوں اور خود سے پیدا کی ہوئی فکر نے کھا ڈالا۔ صاف ہوا، دُھوپ، اچھے خیالات اور مفید غذا سے آج کی نسل دُور ہوتی جاتی ہے۔ جب تک جوانی رہتی ہے، لوگوں کی اچھی باتیں کڑوی معلوم ہوتی ہیں۔ لیکن جونہی وقت سے پہلے بڑھاپا آدباتا ہے۔ سارے خواب ہوا ہو جاتے ہیں!

اگر تم چاہتے ہو کہ پچاس سال کی عمر میں وہی جوانی کا جوش و اُمنگ اور

ہمّت و حوصلہ ہو تو غیر فطری زندگی سے بھاگو۔ جھُوٹی اور نقلی دواؤں پر پیسے برباد نہ کرو ؎

جوانی کو ہمیشہ قائم رکھنے والی سب سے پہلی چیز اپنے اندر کا اعتماد ہے۔ خود اعتمادی زندگی کے ایوان کا سنگِ بنیاد ہے۔ اور یہ خود اعتمادی خُدا پر یقین و اعتماد کی دلیل ہے۔ اس لئے سب سے پہلے خُدا پر یقین رکھو ؎

دُوسری بات یہ ہے کہ اچھا بُرا جو آ پڑے، اُسے ہنستے ہوئے جھیل جاؤ دُکھ سُکھ تو لگے ہی رہیں گے۔ جب سے دُنیا بنی، اِس میں ایسا کوئی پیدا نہیں ہوُا جس نے ہمیشہ راحت پائی ہو سُکھ ہے تو دُکھ بھی ہے۔ پھُول ہیں تو کانٹے بھی ہیں۔ روشنی ہے تو تاریکی بھی ہے۔ رو کر سہو تو، ہنس کر سہو تو، سہنا تمہیں کو ہے۔ پھر کیسی نادانی کی بات ہے کہ تم رو رو کر دن گزارو، اپنے کو اِتنا نحیف و ناتواں بنا لو کہ آئندہ آنے والی مصیبتیں تمہیں آسانی سے نگل جائیں۔ فِکر وُہ ناگن ہے جو گھُونٹ گھُونٹ آدمی کا خون پی لیتی ہے۔ کبھی اِس کے چکّر میں نہ پڑو۔ دیکھنے میں یہ بڑی لُبھاونی ہوتی ہے۔ آدمی سوچتا ہے، رو لینے سے جی ہلکا ہو جائے گا۔ بس یہی لمحہ زندگی کے لئے تباہ کُن ہوتا ہے۔ جس نے شروع ہی میں دل پر قابو نہیں رکھا، وُہ بعد میں بھی نہ رکھ سکے گا ؎

لیکن صرف فِکر نہ کرنا ہی کافی نہیں ہے۔ آدمی کو ہنس مُکھ اور خوش طبع ہونا چاہیئے۔ یاد رکھو، ہنسی سے بڑھ کر صحت کو قائم رکھنے والی دُوسری کوئی چیز نہیں ہے۔ روزانہ ایک بار دِل کھول کر ہنسنا سینکڑوں ٹانکوں سے مُفید اور حیات بخش ہے ؎

یہ وُہ امرت ہے جو جسم کی رگ رگ اور عُضو عُضو میں نئی زندگی بھر دیتا ہے

اور دِل کی بُجھتی ہوئی روشنی کو نئی جوت بخشتا ہے۔ آزاد ہنسی زندگی کی سب سے بڑی دین ہے۔ خوش طبعی گراں مایہ دولت ہے۔ مہاتما گاندھی نے ایک بار کہا تھا کہ "اگر مجھ میں خوش طبعی نہ ہوتی تو اب تک میں کبھی کا ختم ہو گیا ہوتا!" بلاشُبہ یہ افکار و آلام کے بوجھ کو ہلکا کر دیتی ہے اور زندگی ناگوار بار نہیں معلوم ہوتی ۔

ہنس مُکھ آدمی اُن باتوں کو چُٹکی میں اُڑا دیتا ہے جو منحوس کے کلیجے میں چُبھ جاتی اور وہاں برسوں کانٹے کی طرح کھٹکتی رہتی ہیں۔ اگر وُہ ایسا نہ کرے تو گھر میں مُردنی اور تاریکی چھا جائے۔ کٹھور باتوں کو وُہ ہنس کر دُور کر دیتا ہے۔ اُس کی مُسکراہٹ، اُس کی ہنسی دُوسرے کے مُنہ سے نکلے ہوئے طنز و تشنیع کے زہر کو زائل کر دیتی ہے۔ رہی ہنسی خوشی، وہی ہریالی گھر پر چھا جاتی ہے ۔

ہزاروں گھر اِس نکتے کو نہ سمجھنے کی وجہ سے تباہ ہو گئے ہیں اور ہر روز ہو رہے ہیں۔ کوئی ہُنر، کوئی خوبی اور کوئی وصف گھریلو زندگی کے سُکھ کی اِتنی گارنٹی نہیں کر سکتا جتنی ہمیشہ خوش رہنے کی ہنس مُکھ فطرت کرتی ہے!

کتنی بیوقوفوں کی بیویاں سُکھی ہوتی ہیں اور کتنے سمجھدار و تعلیم یافتہ آدمیوں کی بیویاں اپنی کمر ٹھونکتی دیکھی جاتی ہیں۔ ویسے بھی جو لوگ خوش رہتے ہیں، مشکلات اور مصیبتوں کی زیادہ پروا نہیں کرتے، وُہ سُکھی رہتے ہیں، دُکھ اور درد اُن سے دُور بھاگتے ہیں۔ جو لوگ فکرمند رہتے ہیں، درد اور دُکھ اُن کے گھروں کو اپنا مسکن بنا لیتے ہیں ۔

جوانی کی بہار

اگر تم چاہتے ہو کہ وُہ جوانی جو خدا کی دین کی طرح تمہیں عطا ہوئی ہے عرصہ تک قائم رہے تو دِل کھول کر ہنسنے کی عادت ڈالو۔

جہاں تک ہو سکے، غیر فطری زندگی سے دُور رہو۔ اگر دیہات میں ہو تو وہاں کی صاف ہوا، دھُوپ اور کھُلے میدانوں کو سوُرگ سمجھو۔ اگر شہر میں رہتے ہو اور حصولِ معاش کی غرض سے شہر میں رہنے کے لئے مجبور ہو تو بھی شہری شہرانی بننے کی کوشش نہ کرو۔ جہاں تک ہو سکے، سیدھی سادی زندگی گزارو۔ شہر کی بُرائیوں سے دُور رہو۔ ایک عام بُرائی جو شہری باشندوں میں پائی جاتی ہے یہ ہے کہ وُہ رات میں دیر سے سوتے ہیں اور صبح دیر سے دھُوپ چڑھ جانے کے بعد اُٹھتے ہیں۔ پڑھے لکھے اور نئی روشنی کے لوگوں میں یہ بُرائی اور بڑھتی جا رہی ہے۔ کلبوں سینماؤں اور دوستوں کے ساتھ اپنا فرض پُورا کرنے میں آدھی رات ختم ہو جاتی ہے تو صبح سات آٹھ بجے اُٹھنا لازمی ہے۔ یہ لوگ جب صبح اُٹھتے ہیں تو رات کے آرام کے بعد چہرے پر شگفتگی کی بجائے مُردنی اور زردی چھائی ہوتی ہے۔ آنکھیں بے نُور ہوتی ہیں اور مُنہ سے جمائیاں لیتے ہوتے ہیں۔ جسم میں کسل اور سستی بھری ہوتی ہے۔ کام کرنے کو جی نہیں چاہتا۔ اگر کہیں ملازم ہوتے ہیں تو ڈیوٹی پر جانے کے لئے جیسے تیسے تیار ہونا ہی پڑتا ہے۔ ایک دن ایک مشہور ڈاکٹر کے ہاں صبح ساڑھے آٹھ بجے گیا تو دیکھا کہ ابھی داتن بھی نہیں کی ہے۔ اخبار اور سگار کا شوق پُورا کیا جا رہا ہے۔ میں اب تک اِس شخص کو بہت بڑا ڈاکٹر اور ماہر معالج سمجھتا تھا لیکن اُس کی یہ حالت دیکھ کر اُس کے متعلق میری رائے بدل گئی۔ یہ بات نہ تھی کہ کسی خاص کام سے

ڈاکٹر صاحب آج زیادہ رات تک جاگے ہوں، یہ اُن کا معمول ہی تھا!
یاد رکھو! بارہ بجے رات کے پہلے کی نیند جسم کو جتنا آرام پہنچاتی ہے، جتنی کمی پوری کرتی ہے، اُتنی بعد کی نہیں۔ اور چار بجے بعد کی نیند معمولی تندرست آدمی کے لئے مُضر ہے۔ اس لئے نو بجے اور زیادہ سے زیادہ دس بجے تو ضرور ہی سو جانا چاہیے۔ اور چار پانچ بجے صبح تک ضرور اُٹھ جانا چاہیے۔ سونے سے پہلے مُنہ ہاتھ اور پاؤں دھو لو۔ سب سے اچھا تو نہا لینا ہے لیکن یہ نہ ہو سکے تو اتنا ہی سہی۔ اس کے بعد ساری فکر کو چھوڑ کر مالک کو یاد کرو اور خوش خوش سو جاؤ۔ صبح اُٹھو گے تو جسم پھول سا ہلکا لگے گا۔ اُٹھ کر منہ ہاتھ دھو لو۔ پھر مالک کو یاد کرو اور تہیہ کرو کہ آج پُورے طور پر خوش رہوں گا اور اچھے خیال اور اچھے کام میں دِل لگاؤں گا۔ کامل یقین کے ساتھ تصوّر کرو کہ ماحول میں ہر طرف طاقت کی ترنگیں بھری ہُوئی ہیں۔ اور وُہ ہر طرف سے آ کر میرے اندر داخل ہو رہی ہیں۔ میں ہر لمحہ طاقتور ہو رہا ہوں تندرست ہو رہا ہُوں۔ میرے جسم میں کوئی مرض نہیں ـــ! کچھ دنوں میں دیکھو گے کہ تم میں کیسا حیرت انگیز انقلاب ہوتا ہے!

اِس کے بعد کہیں کھُلے میدان میں گھُومنے نکل جاؤ۔ چلو، دوڑو، بچّوں کی طرح دِل کھول کر ہنسو۔ صبح کا گھومنا شام کی سَیر سے سَو گُنا زیادہ مُفید ہے۔ صبح کی زندگی بخش ہوا آبحیات اور امرت ہے۔ صاف ہوا کو خوب پیو۔ گھومنا پھیپھڑوں کو طاقت بخشتا، دِل کو مضبوط کرتا اور دورانِ خُون کو بڑھاتا ہے۔ گھُومتے وقت پُورے یقین کے ساتھ سوچتے رہو کہ تمہارے ہر عُضو میں نیا، تازہ اور سُرخ خُون تیزی سے دَوڑ رہا ہے۔ ہر عُضو اور ہر رگ طاقتور ہو رہی ہے۔ گھُومتے وقت اچھے اور نیک خیالات کو اپنے دِل میں جگہ دو کسی بُرے

اور کسی برائی کے خیال سے دل کے دامن کو آلودہ نہ ہونے دو۔ تم میں جو محبت اور ہمدردی ہے، اُسے پھیلنے دو۔ اوپر آنے دو۔ چاروں طرف چھا جانے دو!

اِس میں خرچ ایک کوڑی کا نہیں ہے۔ یہ کوئی پوشیدہ نسخہ نہیں ہے۔ ہر شخص اِس سے فائدہ اُٹھا سکتا ہے۔ آزما کر دیکھو، تمہارا ہیٹی کا پیکر سونے کا ہو جائیگا۔ دِل و دماغ کو تقویت و طاقت حاصل ہوگی۔ صحت اور حُسن بہت عرصہ تک قائم رہے گا۔ اور وُہ جوانی جو زندگی کو رنگین سپنوں پر لئے پھرتی ہے، جلد تمہارا ساتھ نہ چھوڑے گی! اور اگر تم سے رُوٹھ کر دُور جا چکی ہے تو واپس آ جائے گی ؎

یہ نسخۂ کیمیا عورتوں اور مردوں دونوں کیلئے یکساں مُفید ہے۔ اِن باتوں کے علاوہ بھی کچھ ایسی باتیں ہیں جن پر توجہ دینے کی ضرورت ہے۔ عورت کی صحت سماج کے لئے مرد سے بھی زیادہ ضروری ہے۔ اُولاد کا مستقبل اِسی پر مُوقوف ہے۔ آج کل بیشتر عورتوں کو لیکوریا، بدہضمی، سُستی اور پیٹ کے امراض لاحق ہو جاتے ہیں۔ اِس کا سبب یہی ہے کہ انہیں صاف ہوا بالکل نہیں ملتی۔ آج کل شہر کی عورتیں اُن ورزشوں سے بھی محروم ہوتی جا رہی ہیں جو پہلے زمانہ کی عورتوں کی زندگی کا ایک ضروری جُز تھیں۔ اور اب بھی گاؤں کی عورتوں کو سنبھالے ہوئے ہیں۔ وُہ دن کیسے اچھے تھے جب عورتیں تین چار بجے صبح اُٹھ کر چکی پر بیٹھ جاتی تھیں۔ پیستی جاتی تھیں اور گاتی جاتی تھیں۔ کام، تفریح اور علاج، تینوں ساتھ ہو جاتے تھے۔ پیٹ کیلئے چکی سے اچھی کوئی ورزش نہیں ہے!

عورت کی صحت کے لئے دُوسری ضروری بات محتاط زندگی ہے۔ پہلے زمانہ کی عورتیں جو پردے میں رہ کر اور پُرانے خیالات کی ہو کر بھی زیادہ طاقت ور اور تندرست ہوتی تھیں۔ اُس کا سبب یہی تھا کہ وُہ گرہستی کے بیسیوں کاموں

میں لگی رہتی تھیں۔ اور رات دن چہل بازی اور ہیجان انگیز کھیل اور مذاق کرنے کی عادت اُن میں نہیں ہوتی تھی۔ وُہ شوہروں کے ساتھ بہت کم وقت لگاتی تھیں۔ اکثر یہ خیال کیا جاتا ہے کہ موجودہ زمانہ کی عورتیں پہلے وقتوں کی عورتوں کی نسبت زیادہ تجرد پسند ہوتی ہیں لیکن یہ بات غلط ہے ممکن ہے جسمانی اعتبار سے اِس خیال میں کچھ حقیقت ہو۔ لیکن آج کل کی عورتیں افسانے، ناول، کلب، سینما اور بناؤ سنگار کی زیادہ شائق ہوتی ہیں اور اس طرح ذہنی طور پر وُہ غیر محسوس طریقے سے اپنی طاقت کے قیمتی اجزاء کھوتی رہتی ہیں۔ ساتھ ہی یہ بھی ہوتا ہے کہ اپنے اِس مذاق اور ذہنیت کی بناء پر اُن کے دِلوں میں لازمی طور پر خواہشوں، آرزوؤں اور تمناؤں کا ایک ہجوم، ایک طوفان برپا ہوتا رہتا ہے۔ اور آرزوؤں کی ناکامی کی صورت میں یاس وحسرت اور غم و غصّہ صلہ میں پاتی ہیں۔ اِن باتوں کا اثر صحت پر بہت بُرا پڑتا ہے۔ جذبات کی جنگ میں جسم اور دِل نحیف و ناتواں ہو جاتے ہیں ؛

عورت کی صحت کے لئے تیسری بات دِل سے شوہر کی عقیدت ہے۔ اگر عقیدت مستحکم ہوئی تو بڑی بڑی مصیبتیں بھی اس کی صحت کی بنیادوں کو ہلا نہیں سکتیں۔ جب دِل محبّت اور عقیدت سے لبریز ہوتا ہے تو زندگی کا ہر لمحہ ایک سُرور انگیز کیف و لذّت سے معمُور رہتا ہے۔ رات دن کام کرتے ہوئے بھی تکان محسوس نہیں ہوتی۔ عورت جب شوہر میں اور ماں ہونے کے بعد بچّوں میں کھو جاتی ہے تو اس کی زندگی رُوحانی کیف و سرُور سے بھر جاتی ہے۔ وُہ اُنہیں اپنا سب کچھ سونپ کر ہی اپنی زندگی کی معراج سے ہمکنار ہو جاتی ہے ایثار اور قربانی عورت کی اصل فطرت ہے۔ وُہ دیتی ہے، ہمیشہ دیتی ہے۔ اِس دینے ہی میں اس کی زندگی کی تکمیل ہے۔ جو عورت خود سپردگی کی لذّت و

لُطف سے محروم ہے، اُس کی تشنگی کبھی نہیں بُجھ سکتی۔لیکن یہاں یہ بتا دینا ضروری ہے کہ عورت کی اِس خود سپردگی میں غلامی کا شائبہ تک نہیں ہے۔ غُلامی تو باہری دباؤ کو کہتے ہیں۔اور عورت اپنے شوہر اور بچّوں کو بخوشی اپنا سب کچھ سَونپ دیتی ہے!

اعتماد اور عقیدت زندگی کے امرت ہیں۔اِس کے بغیر انسان لُطف و راحت کی آرزو کرے تو یہ خود فریبی ہے۔اگر عورت میں عقیدت ہے تو اس کی زندگی میں مایوسی اور تھکان کبھی نہ ہوگی۔اور آخر تک جوانی کی چُستی و سرمستی محسوس کرتی رہے گی۔

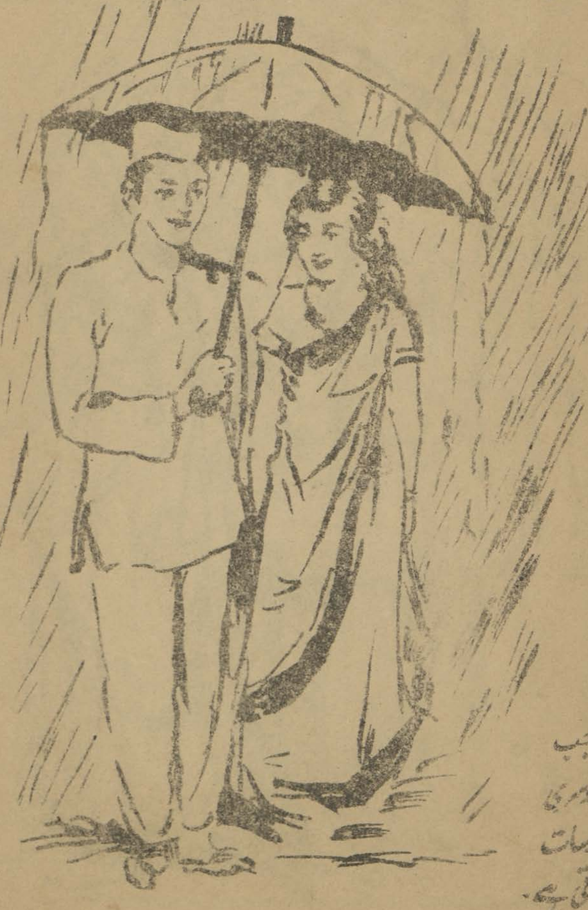
اِسی عقیدت نے خونریز لڑائیوں کے درمیان بھی انسانیت کا نام روشن کیا ہے۔اِنسان نے اسی کے سہارے دُنیا کے مُشکل اور دُشوار گذار راستوں کی تلاش میں کامیابی حاصل کی ہے۔دُور دراز کا سفر کیا، پہاڑوں اور سمندروں کو عبور کیا۔اِس کی طاقت آج بھی اُن نحیف و ناتواں یاتریوں میں دیکھی جا سکتی ہے جن کی ایک ایک ہڈّی گِن لی جا سکتی ہے۔جن کی کمر بڑھاپے نے توڑ دی ہے۔لیکن جو خوفناک پہاڑی چڑھائیوں کو پار کرتے اپنے دیوتا کے درشن کے شوق میں چلے جا رہے ہیں۔پاس کھانا نہیں ہے۔کپڑے پھٹے ہیں۔ سردی سے جسم کانپ رہا ہے۔لیکن دِل میں لگن ہے۔وہ خوفناک و دُشوار گذار پگڈنڈیوں پر کھڑا ہو جاتا ہے۔اور اپنی بیوی، اپنے بچّوں اور اپنے عزیزوں کے متعلق محبّت اور نیک جذبات سے اس کا دل بھرا ہو، تو بُڑھاپا اُس کی کمر نہیں توڑ سکتا۔اور زندگی کی شام بھی اس کی صبح ہی کی طرح دِل فریب، راحت بخش ہوگی!

جوانی کا عارضی نشہ

کچھ مرد شادی ہونے پر پہلے تو عورت کے غلام سے بن جاتے ہیں اس کے حسن و جوانی کے چاند کا وہ اپنے کو چکور سمجھتے ہیں۔ وہ چاہتے ہیں کہ بیوی سارا دن اُن

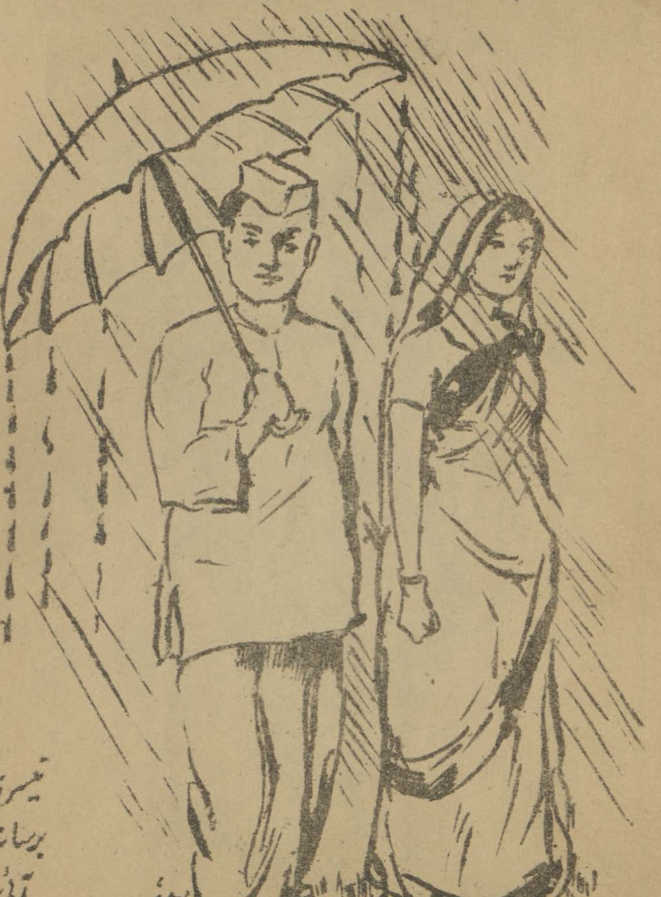


کے سامنے بیٹھی رہے اور وہ اُسے دیکھا کریں۔ وہ شہوت میں مخمور سے رہتے ہیں۔ بیوی کو خوب شوقینی اور فیشن کراتے ہیں، اپنی طاقت سے بڑھ کر اس کے لئے عیش و عشرت کی چیزیں جمع کرتے ہیں۔ وہ اُسے گھر کا کوئی کام نہیں کرنے دیتے کیونکہ روٹی بنانے



جب دوسری برسات آتی ہے۔

اور برتن ملنے سے اُن کی پران پیاری کو تکلیف ہوتی ہے۔ وُہ اس کی کھاٹ بچھاتے اور جُوٹھے برتن آپ صاف کرتے ہیں۔ یہ ظاہر ہے کہ ایسا شہوانی نشہ ہمیشہ نہیں رہ



تیسری برسات آئی تو!

سکتا۔ کچھ ہی دیر بعد خرچ سے کچھ ُمر نکلنے لگتا ہے۔ نوکر رکھنے کی طاقت نہیں ہوتی۔ اُدھر بیوی جان اتنے دن لاڈ پیار اور ہار شنگار میں زندگی بسر کرنے کے باعث گھر کا موٹا کام کرنے کو اپنی ہتک سمجھنے لگتی ہے۔ بس گھر میں کھٹ پٹ شروع ہو جاتی ہے عقلمند خاوند کو چاہئے کہ ابتدا سے ہی اس طرح برتاؤ کرے کہ پیچھے سے اُسے پچھتانا نہ پڑے ؛



چوتھی برسات میں نقشہ ہی بدل گیا!

ڈنگ مارنے والی زبان

"بدزبان مت بنو" — یہ تین الفاظ کا اُپدیش بڑا ہی اہم ہے۔ مگر اس پر عمل کرنا بھی عورتوں کے لئے اُتنا ہی مشکل ہے۔ زبان کو قابو میں رکھنے کی بجائے آپ اُن سے چاہے جو کہئے، وہ شاید مان لیں گی۔ بہت سی عورتیں پتی کو کئی طرح کا اُپدیش جھاڑنا اپنا پیدائشی حق سمجھتی ہیں۔ وہ پتی کو اس طرح جھڑکتی اور بُرا بھلا کہا کرتی ہیں جیسے کسی شرارتی اور نالائق بالک کو جھڑک رہی ہوں۔ ایک کہاوت ہے کہ "اگر زبان چلاؤ گی تو پتی کو کھو بیٹھو گی"۔ بہت سی عورتوں کی باتیں تیروں کی مانند لگتی ہیں۔ اور اگر پتی اِس



موقعہ پر صبر کا گھونٹ نہ پیئے تو گھر اچھا خاصہ میدان جنگ بن جائے! عورتیں بھول جاتی ہیں کہ یہ ایک چھوت کی بیماری ہے اور اس سے گھر کا سُکھ ختم ہو جاتا ہے سخت الفاظ ہڈیاں تو نہیں توڑتے مگر اُن سے جو چوٹ پہنچتی ہے وہ کہیں زیادہ مُہلک ثابت ہوتی ہے۔ اس سے آدمی کا دِل ٹکڑے ٹکڑے ہو جاتا ہے۔ یہ وہ زخم ہے جو زندگی بھر ہرا رہتا ہے۔ ہر وقت شانتی سے رہنا بھی مشکل ہے۔ کبھی کبھی کی چھیڑ چھاڑ زیادہ تکلیف دِہ نہیں ہوتی۔ مگر ہر وقت کی چھیڑ چھاڑ زندگی کو وبال بنا دیتی ہے۔ آخر ہر بات کی کوئی حد ہوتی ہے۔ اگر عورتیں اپنے خاوندوں کو اپنے پریم بندھن



میں رکھنا چاہتی ہیں تو انہیں بد زبانی فوراً ترک کر دینی چاہیئے۔ بات بات پر خفا ہونے غصہ کرنے اور لڑنے جھگڑنے کی عادت اگر تم میں ہے تو اسے فوراً ترک کر دو اور تحمل و برداشت پیدا کرو۔ تم دنوں میں اپنے شوہر کے لئے باعث فخر بن جاؤ گی ؛

جوانی کے رس بھرے دن!

اپنے خاوند کو وقت پر کھانا دو۔ اور حتی المقدور کھانا نہایت احتیاط سے اور لذیذ بناؤ ــــ اچھا کھانا بنانا اور محبت کے ساتھ خاوند کو کھلانا گویا خاوند کو اپنا گرویدہ بنا لینا ہے۔ خاوند کو اپنی طرف راغب کرنے کا یہ سب سے اچھا ڈھنگ ہے ؛



جب آدمی شادی کرتا ہے تو اس کو کھانے پینے کا بڑا شوق رہتا ہے۔ بیوی کو واجب ہے کہ وہ لذیذ اور صحت بخش غذا دے کر اپنے خاوند کی تندرستی کو قائم رکھے۔ جب مرد کو لذیذ اور مقوی کھانا ملتا ہے اور بیوی کی محبت حاصل ہوتی ہے تو پھر مرد ایسی عورت کیلئے بہت محنت کرتا ہے اچھی عورتیں کھانا تیار کرنے میں بہت دلچسپی لیتی ہیں۔ سب کچھ نوکر پہ چھوڑ دینا غلطی ہے۔ جب گھر

والی کھانا بنانا ہتک سمجھنے لگتی ہے اور رسوئی کا سارا کام کاج گھر کے نوکر پر چھوڑ دیتی ہے تب کھانا لذیذ نہیں بنتا۔ آدمی کا دِل اُکتا جاتا ہے۔ دھیرے دھیرے اسے باہر کھانے کی عادت پڑ جاتی ہے اور اِس طرح گرہست کا سُکھ گھٹنا شروع ہو جاتا ہے
کھانا پروستے وقت بیوی کا خاوند کے پاس ہونا نہایت ضروری ہے ؛

اگر بیوی سے کوئی چھوٹی سی غلطی ہو جائے تو اس کا مذاق نہ اُڑانے لگ جاؤ۔ زیادہ اغلب ہے کہ اِس سے اُس کے دِل کو بہت ٹھیس پہنچے گی اور وہ تمہارے پاس بیٹھ کر بات چیت کرنا چھوڑ دے گی !

اس کا خیال رکھو

کھانے کے وقت روز بڑ بڑاتے ہی نہ رہا کرو اس سے تمہاری بیوی یہ سمجھنے لگے گی کہ وُہ تمہیں کبھی بھی خوش نہیں کر سکتی۔ وُہ کچھ دیر بعد تنگ آ کر تمہیں اچھا کھانا کھلا کر خوش کرنے کی کوشش کرنا ہی چھوڑ دیگی جس سے تمہاری حالت پہلے سے بھی خراب ہو جائیگی ؛



کچھ نا سمجھ خاوند بیوی کے آرام کا کُچھ بھی خیال نہیں کرتے

کھانے کا وقت شام کے سات بجے ہے تو وہ رات کے گیارہ بجے تک گھر نہیں لوٹتے۔ بیوی بچاری انتظار میں بیٹھی رہتی ہے۔ پھر جب وہ گیارہ بجے آبھی نکلتے ہیں تو گرم گرم کھانا مانگتے ہیں۔ یہ بیوی پر بڑا بھاری ظلم ہے! اگر کسی دن کسی کام کی وجہ سے آپ کو دیر سے گھر لوٹنا ہے تو بیوی کو پہلے سے اطلاع دے رکھنی چاہیئے ہمیشہ یہی کوشش کرنی چاہیئے کہ کھانے کے مقررہ وقت پر آپ گھر پہنچ جائیں۔ ہندو استریاں عموماً پتی کے کھانے کے بعد ہی کھانا کھاتی ہیں۔ تمہاری وجہ سے تمہاری بیوی بیوی کو تم سے بھی زیادہ دیر تک بھوکی رہنا پڑیگا۔ گھر کوئی ہوٹل یا کلب نہیں ہے!

خاوند کی غلطیاں

"تمہیں بات کرنے کی عقل نہیں، تم اس کو نہیں سمجھ سکتی" ایسے ناواجب لفظ کہہ کر بیوی کو مت جھڑک دو۔

اُس میں بھی اُتنی ہی عقل ہے جتنی کہ تمہارے دفتر کے رفیق اور تمہارے دوست میں ہے اُس بیچاری کو صرف موقع نہیں ملتا۔ اگر آپ بیوی کے ساتھ تحمل سے بات کریں گے اور ضرورت کے مطابق ساتھ ساتھ سمجھاتے بھی جائیں گے تو وہ بہت جلد آپ کی ہر بات کو سمجھنے اور اُس میں دلچسپی لینے لگے گی۔

اِس بات کو مت بھولو کہ لفظوں کی نسبت اعمال زیادہ اُونچی آواز سے بولتے ہیں۔ اگر تم وہی بات کرتے ہو جس سے تم جانتے ہو کہ تمہاری بیوی ناراض ہوتی ہے تو اُسے تمہارا یہ کہنا کہ میں تمہیں بہت محبت کرتا ہوں، بالکل بے معنی ہے!

مت سمجھو کہ تم دل کے زخم بیش قیمت تحفے دے کر بھر سکتے ہو۔ ایک آدمی جب جب اپنی بیوی سے سختی کا برتاؤ کرتا تب تب ہی اُس کو ٹھنڈا کرنے کے لئے ایک انگوٹھی یا جھمکا خرید کر دیتا۔ مگر اس سے عورت کے دل کا زخم نہیں بھرتا تھا۔ خاوند کے سچے پریم کے اظہار کے سامنے، جس سے وہ بدزبانی کر کے اُس کے دل کو ٹھیس نہ



لگائے، بیوی اپنے
سارے زیور خوشی
کے ساتھ دے دینے
کو تیار رہتی ہے!

ترقی کرنے کی اُمنگ
محبت کو نہ دبانے پائے۔
کچھ مرد اپنے کاروبار یا
اُمنگ میں اتنے محو رہتے
ہیں کہ ان کے پاس بیویوں
کے ساتھ محبت کرنے کے
لئے وقت ہی نہیں رہتا۔

جو آدمی بیوی کو سختی
سے قابو میں کرنا چاہتا ہے
وُہ بے وقوف ہے!

اگر تم کسی حسین عورت کو دیکھو
تو اُس کا بار بار ذکر کر کے اپنی بیوی
کو مت کھجاؤ۔ ابتداء میں شاید وُہ
ڈاہ نہ کرے، مگر ہو سکتا ہے کہ کچھ مدت
بعد وُہ سمجھنے لگے کہ دال میں کچھ کالا ہے!

اگر آپ اپنی بیوی کے ساتھ محبت
کی گفتگو کرنے کے لئے کچھ بھی وقت نہ

نکالیں گے اور روپیہ کمانے میں لگے ہوئے روٹی بھی دوکان پر ہی منگائیں گے اور سورج چڑھنے سے پہلے کے نکلے ہوئے رات کے دس بجے صرف روٹی کھانے کے لئے گھر پہنچیں گے تو آپ کی بیوی کی عصمت کا پرمیشور ہی محافظ ہے۔ یاد رکھو، روپیہ پیسہ عورت کے جسم کو سیر کر سکتا ہے اُس کی رُوح کی پیاس نہیں بجھا سکتا۔ اس لیئے روپیہ کمانا ہی زندگی کا مقصد نہ بناؤ۔ زندگی کا لُطف لینا بھی سیکھو ؎

ایسا خیال دل میں مت لاؤ کہ گھر میں عورتوں کو کچھ کام ہی نہیں ہوتا، وُہ بیکار بیٹھی رہتی ہیں۔ یاد رہے کہ تم تو کچھ گھنٹے ہی دفتر میں کام کر کے چلے آتے ہو اور اگلے دن تک آرام کرتے رہتے ہو۔ مگر عورت کا کام رات کو سونے کے وقت تک بھی ختم نہیں ہوتا۔ وُہ کھاٹ پر لیٹی ہوئی بھی سوچتی ہے کہ آج کون کون سے کام نہیں ہو سکے ؎

مت سمجھو کہ اب بیوی کے ساتھ محبت کرنے، محبت کا اظہار کرنے کی ضرورت نہیں رہی اور کہ اُسے اپنے آپ معلوم ہونا چاہیئے کہ میں اُس سے محبت کرتا ہوں۔ عورت دادی بن جانے پر بھی یہ پسند کرتی ہے کہ اُس کا خاوند اُس کے ساتھ بوس وکنار کرے ؎

راہ کے کانٹوں کو چُننے کا کام

خاوند جتنا خیال اپنے مالک کا، جس کا کہ وُہ نوکر ہے، یا دوکان پر اپنے گاہک کا، یا وکیل ہونے کی حالت میں اپنے مؤکل کا رکھتا ہے ــــ اگر اتنا ہی خیال اپنی بیوی کا رکھے تو کبھی اتنے جھگڑے فساد نہ اُٹھیں۔ ہر ایک سوداگر جس طرح مال خریدتے وقت دُوسرے سوداگر کی طبیعت کا خیال

رکھتا ہے، یا ڈاکٹر ایک دولتمند مریض کے علاج معالجہ میں جیسا دل لگاتا ہے، اگر وُہ اپنی بیوی کو بس میں کرنے کے لئے ایسا ہی لحاظ رکھا کرے تو عورت اُس کے پیروں کا چرن امرت پینے لگے!

اپنی بیوی کے ساتھ کسی بات میں بھی جھوٹ مت بولو۔ تم دونوں کے بیچ پورا اعتماد ہونا چاہیئے۔ اگر بیوی کو ایک بار بھی تمہارا جھوٹ معلوم ہو گیا تو تمہارے سچ بولنے پر بھی وُہ تمہارا یقین نہ کرے گی۔

جب کسی یاترا یا جلسے میں جانے لگو تو جانے سے صرف پانچ ہی منٹ پہلے اگر بیوی کو چلنے کے لئے مت کہو۔ اُسے تیاری میں دیر لگنا ضروری ہے۔ کیونکہ اُسے گھر کا اور بچوں کا انتظام کرنا ہوتا ہے۔ وُہ آپ کی طرح ایک بیگ اُٹھا کر نہیں چل سکتی۔

جب کبھی تمہارا اختلاف رائے ہو تو ہمیشہ اپنی بیوی ہی کو غلطی پر نہ سمجھو۔ آخر تم بھی کوئی غلطی سے مبرا نہیں!

بازار سے جو چیز گھر کے لئے بیوی کو دکھائے بغیر خریدو، وُہ دوکاندار سے اِس شرط پر لو کہ اگر وُہ گھر والی کو پسند نہ آئے گی تو اُسے واپس لینی پڑے گی۔ ورنہ تمہارے گھر میں امن چین نہ رہ سکے گا۔

جس عورت یا مرد کو تمہاری بیوی اچھا نہیں سمجھتی، اُس سے تم بھی محبت مت کرو۔ گھر آتے وقت کبھی کبھی اس کے لئے پھولوں کا ہار، کوئی خوبصورت کپڑا، کوئی مٹھائی یا کوئی ایسی ہی دوسری چیز ضرور لایا کرو۔ چاہے وہ چیز ایک پیسہ کی ہی کیوں نہ ہو، مگر یہ جان کر وہ بہت خوش ہوگی کہ تمہیں اس کا خیال رہتا ہے۔

گھر میں نواب صاحب بن کر مت رہو۔ اِس سے تمہارا دبدبہ بڑھنے کی بجائے تم مضحکہ خیز بن جاؤ گے!

مت سمجھو کہ چونکہ تمہاری بیوی ایک عورت ہے، اس لئے وہ سب خوبیوں کی مجسم مورت ہونی چاہیئے۔ وہ بھی تمہاری طرح ایک انسان ہے اور تم سے زیادہ مکمل نہیں ٭

جب تم دیکھو کہ آج بیوی گہنے کپڑے سے خوب بنی ٹھنی ہے تو اس کی خوبصورتی کی اور چہرے کی رونق کی تعریف کرنے میں تامل مت کرو۔ جب تک تم اپنا خیال اس پر ظاہر نہیں کرو گے، تمہارے صرف اپنے دل میں اس کو خوبصورت سمجھتے رہنے سے اسے خوشی نہیں ہو سکتی ٭

مت کوشش کرو کہ بیوی اپنا چھوٹے سے چھوٹا کام بھی تمہاری ہی ہدایت کے مطابق کرے۔ بیوی بھی ایک شخصیت ہے اور اسے بھی کچھ خود مختاری ہونی چاہیئے ٭

اپنا بہترین مذاق اور ہنسی اپنے دوستوں کے لئے ہی نہ رکھ چھوڑو۔ اپنی بیوی کو بھی ان سے ہنسانے کی کوشش کیا کرو ٭

بیوی کے ذرا سی ہنسی کرنے پر چڑ مت جاؤ۔ اس میں تلخی کی بات کچھ بھی نہیں۔ نہ معلوم اس بیچاری کو تم سے ایسی کتنی ہی باتیں سن کر سہنی پڑتی ہیں ٭

سب کے سامنے بیوی کو مت ڈانٹو۔ اگر ضرورت ہو تو خلوت میں اسے سمجھا دو۔ سب کے سامنے ڈانٹنے کا نتیجہ اچھا نہ ہوگا!

شام کو، ممکن ہو تو صبح کو بھی، بیوی کو اپنے ساتھ باہر گھومنے لے جاؤ۔ اس میں جھوٹی دنیاوی شرم سے مت ڈرو۔ اس سے اس کی تندرستی سدھرے گی اور دل خوش ہوگا ٭

اپنے آپ ہی یہ مت سمجھ لو کہ اب میری بیوی میرے ساتھ باہر نہیں جا سکتی۔ کیونکہ اسے بال بچوں اور گھر بار کی دیکھ بھال کرنی ہوتی ہے۔ اسے ساتھ

چلنے کے لئے کہو۔ دکھلاوے کے لئے نہیں۔ بلکہ جیسے کہ تم اُسے سچ مچ ساتھ لے چلنا چاہتے ہو۔ تم دیکھوگے کہ وہ عموماً چلنے کا انتظام کر لے گی ٭

بیوی کے ساتھ ایسا محبّت بھرا سلوک کرو کہ وہ تمہاری جدائی سے بیکل ہو جائے اور ہمیشہ تمہارے گھر آنے کی راہ تکتی رہے۔ اگر تم اُس کو اپنا وقت دوگے تو وہ ہمیشہ تمہاری بن کر رہے گی ٭

جو کچھ کماؤ، بیوی کے ہاتھ میں دے دو اور کہہ دو کہ تم جانو اور تمہارا کام سارے خرچ اسی میں پورے کرنے ہونگے اور اسی میں سے بڑھاپے کے لئے اور دوسری اچانک ضروریات کے لئے بچانا بھی ہوگا۔ تم دیکھوگے کہ عقلمند بیوی تھوڑی آمدنی میں بھی ایسے اچھے ڈھنگ سے گذارہ کر کے دکھلا دیگی کہ تمہاری عقل حیران رہ جائے گی۔ اگر بیوی کو تمہاری آمدنی کا کچھ بھی علم نہ ہوگا اور اُس کے مانگنے پر تم اُسے ضرورت کے مطابق تھوڑے روپے دوگے تو نسبتاً خرچ بہت بڑھ جائیگا اور ساتھ ہی بیوی بھی خوش نہ رہے گی ٭

اگر تم نے اپنی دوسری شادی کی ہے تو اپنی پہلی بیوی کے متعلق کوئی بات چیت نہ کرو ٭

اگر بیوی کو گھر کی رانی نہ سمجھو تو رفیقۂ حیات ضرور ہی سمجھو لیکن اُسے خادمہ سمجھنے کی ہرگز غلطی نہ کرو!

اپنی ہی بات رکھنے کے لئے ضد نہ کرنی چاہئے کبھی کبھی اُس کا دل رکھنے کے لئے اُس کی بات بھی مان لینا ضروری ہے ٭

بیوی پر بے اعتمادی کرنا اُسے غیر ذمہ دار بنا دیتا ہے ٭

عورت یہ کبھی نہیں چاہتی کہ اُس کا شوہر کوئی ایسا کام کرے جس سے اُس کی جگ ہنسائی ہو!

بیوی کیا کرے اور کیا نہ کرے؟

بیوی کو معلوم ہونا چاہئے کہ اُس کا خاوند فرشتہ نہیں ہے بلکہ عام انسانوں کی طرح نقائص اور خوبیاں لئے ہوئے ہے۔ لہٰذا اس کو اپنی طرح انسان سمجھ کر اُس کی خامیوں کو نظر انداز کرتے ہوئے ہر ایک کام میں اُس کی مددگار رہے جب اپنے خاوند کا مزاج بگڑتا دیکھے تو اُسے ہنسی ہنسی میں راستے پر لائے۔ جب بیوی کی رائے خاوند کی رائے سے نہ ملتی ہو تب ضد نہ کرے۔ اُس کی غلطی کو ہنسی میں ٹال دے! اپنا خاوند اگر غریب ہے تو بیوی کو اُسے اپنی نظروں سے گرانا نہ چاہیئے کیونکہ خاوند کے دل کو یہ بات بڑی چوٹ پہنچاتی ہے۔ اگر کوئی عورت ہمیشہ اپنے خاوند کی کم ہمتی، کمزوری اور بے سمجھی کی چرچا کرتی رہے گی تو اُسے کبھی کسی کام میں کامیاب ہونے کی اُمید نہیں ہے لیکن اگر وہ خوش مزاج ہے اور ہمیشہ اُس کی ہمت بندھاتی ہے اور اُمید رکھتی ہے کہ وہ کامیابی حاصل کرے گا تو اُمید کی جاتی ہے کہ اُس کی ضرور قسمت چمکے گی۔ کیونکہ عورت جس کو خوش قسمت سمجھتی ہے، وہ ضرور ہی اچھی قسمت والا نکلتا ہے ؛

ہر ایک دوکاندار یہ چاہتا ہے کہ وہ اپنے بیوپار کی چرچا اپنی گھر والی کے ساتھ کرے۔ مگر وہ اپنی عورت کی اس بارے میں دلچسپی نہیں دیکھتے اور نہ اُنہیں اس بات کی خواہشمند پاتے ہیں کہ وہ دوکانداری کی باتوں کو سنیں اور سمجھیں ـــــ گو اس بیوپار سے ہی اُن کے پیٹ کو روٹی ملتی ہے۔ عورت اگر چاہے تو وہ اپنے خاوند کی سچی مددگار اور صلاح کار بن سکتی ہے بیوپار میں عورت کی مدد سے اکثر بیوپاریوں نے کامیابی پائی ہے، عدم دلچسپی سے تباہ ہوگئے!

نواں باب

نصیحت نامۂ خاوند بیوی

آپس کی اَن بن ہٹانے اور پیار بڑھانے کے قیمتی گُر

مرد کے لئے مشورے

۱۔ اَے خُوش نصیب نوجوان! تیرا بیاہ تیری نئی زندگی ہے۔ اِس میں نیک دِلی سے داخل ہو۔ پہلے تُو اکیلا تھا۔ اب سوسائٹی نے تجھے دوست دیا ہے۔ اپنے دِل کو اُس کے لئے وسیع کر۔

۲۔ تُو شوہر ہے۔ اپنے سے زیادہ اپنی بیوی کا اور اُس کی ضرُوریات کا خیال رکھ۔ اُسے تیتری نہ بنا۔ مگر اُس کا لباس صوفیانہ نہ ہونا تیری شرافت پر داغ ہوگا۔

۳۔ تُو نے بیاہ کیا ہے۔ بیوی کے لئے محنت مشقّت کر کے روپیہ کماؤ۔ اُسے کسی رشتہ دار کے سامنے دستِ سوال دراز نہ کرنے دے۔ یہ تیری بے عزتی ہے!

۴۔ تیری بیوی تیری رفیقہ ہے اُس کے ساتھ دغا نہ کر۔ وُہ عورت ہے اُس پر سختی روا نہ رکھ۔ اُس کی خوبیوں کی تعریف کر۔ مگر اُس کی کمزوریوں پر نگاہ رکھ۔ جب تجھے اُس پر غصّہ آئے تو اپنا حامی ہونے کا خیال رکھ۔

۵۔ اپنی عورت کو پھُول کی چھڑی بھی نہ مار...... وُہ تیری آنکھ کا اشارہ پہچانیگی۔

۶۔ وفاداری صرف عورتوں ہی کی خوبی نہیں، مردوں کو بھی اپنا دل اس نور سے منور کرنا چاہیئے۔

۷۔ وُہ تیرے گھر کی رانی ہے۔ اُسے اپنے بال بچّوں اور ملازموں کے سامنے سرزنش نہ کر۔ اُس کے قصور اُسے محبت کی زبان میں سمجھا۔ وُہ دل کی نرم ہے اُس سے سخت لہجہ میں نہ بول۔ وہ محبّت کی پیاسی ہے۔ اُسے یہ آبِ حیات جی بھر کے پینے دے۔

۸۔ عورت عمدہ سے عمدہ کپڑے پہن کر، لذیذ سے لذیذ کھانے کھا کر، سر سے پاؤں تک جواہرات میں غرق ہو کر، چاندی کے محل میں سونے کے پلنگ پر بیٹھ کر بھی ناخوش رہے گی، اگر اس کا شوہر اسے دل و جان کی کامل وارفتگی سے نہیں چاہتا۔

۹۔ تو اپنی بیوی کو بہترین تحفہ جو دے سکتا ہے، وہ تیرے دل کی محبّت ہے۔ اُسے اَور کچھ دے یا نہ دے مگر اُسے اِس نعمت سے محروم نہ رکھ!

۱۰۔ عورت سب کچھ برداشت کر سکتی ہے مگر یہ برداشت نہیں کر سکتی کہ اُس کا شوہر کسی دُوسری عورت کو محبّت کی نگاہوں سے دیکھے!

۱۱۔ سَوت کا جلاپا عورت کے لئے دوزخ کے شعلوں سے بھی زیادہ عذاب ہے۔

۱۲۔ تجھے بیاہ نے اپنی بیوی پر خاص حقوق دئیے ہیں۔ مگر اُن حقوق سے زیادہ ان فرائض کا خیال کر جو تیری بیوی کی طرف سے تیری ذات پر عاید ہوتے ہیں۔

۱۳۔ حُسن کی حریص، دَولت کی ہرجائی اور عصمت فروش عورت کی آنکھ کے زہر سے اپنا دِل بچا۔ وہ کالے سانپ سے زیادہ قاتل ہے۔ اُس کی دھوکے باز زبان سے نکلا ہوُا ہر ایک لفظ اور اُس کے پیار کا ہر ایک اظہار جھُوٹ کا طُوفان ہے۔ جب تیرا دل اُس کی طرف دَوڑے تو اپنی بیوی کی محبّت



اگر عورت اپنے خاوند کی دل پسند رفیقۂ حیات بننا چاہتی ہے
تو اس کے لئے خوش مزاج یعنی ہنس مکھ بننا ضروری ہے -



گھر والی ہمیشہ خوش رہنے والی، کسی کی بُرائی نہ چاہنے والی، میٹھا بولنے والی اور
گھمنڈ نہ کرنے والی نہ ہو تو گھر میں سُکھ اور شانتی نہیں رہ سکتی



جب تم دیکھو کہ بیوی آج گہنے کپڑے سے خوب بنی ٹھنی ہے تو اس کی خوبصورتی اور چہرے کی رونق کی تعریف کرنے میں تامل مت کرو جب تک تم اپنا خیال اس پر ظاہر نہیں کروگے. تمہارے اس کو صرف دل میں خوبصورت سمجھتے رہنے سے اسے خوشی نہیں ہوسکتی۔



رات کو عورت دن کی نسبت زیادہ خوبصورت معلوم ہوتی ہے

اطاعت اور ہمت کا تصوّر کر۔ وُہ تیری جیب کی ڈاکو ہے۔ یہ تیری راحت کی محافظ ہے ؛

۱۴۔ نشۂ حُسن کے متوالے اندھے! اُٹھ۔ آدمی بن۔ بازاری عورت کو نفرت و حقارت کی ٹھوکر لگا۔ اُس کا تصوّر اپنے دماغ سے دُور کر۔ اور اپنے گھر کی طرف روانہ ہو جہاں وہ نیک خاتون تیرے راستہ میں اپنا دل بچھائے ہوئے ہے جو دُنیا بھر میں تمہیں اور صرف تمہیں چاہتی ہے۔ اور جس نے تیری خاطر اپنی مرضی اور خوشی لُٹا دی ہے!

۱۵۔ کیا تُو توبہ کے آنسُو بہا رہا ہے؟ خدا کی رحمت کا دامن تھام لے۔ وُہ تجھے کبھی مایوس نہ کریگا۔ اُس کے کرم کو پکار! اُس کی مہربانی کو بُلا۔ وہ تیری سُنیگا۔ تیری عمر کو برکت اور نیکی کو استقلال دے گا!

۱۶۔ غیر عورت کی طرف بُری نیت سے نہ دیکھ۔ یہ نگاہ کا گناہ ہے۔ بُرے الفاظ جان بُوجھ کر نہ سُن۔ تیرا ضمیر سیاہ ہو جائیگا۔ آوارہ مزاج اور بدچلن دوستوں کی صحبت سے بچ۔ ورنہ تیری ہر ایک توبہ نئے گناہوں کی تمہید ہوگی ؛

۱۷۔ جو کچھ کماتا ہے، اپنی بیوی کے ہاتھ پر رکھ۔ اِس میں سے ایک پیسہ بھی کسی دُوسری عورت کو نہ دے۔ اُس نے اپنا سب کچھ تجھے دیا ہے۔ تُو بھی اپنا سب کچھ اُس کے حوالے کر ؛

۱۸۔ اگر تجھ سے غلطی ہو جائے تو اپنے دِل کی تہ میں نہ چھپا۔ بلکہ اپنی بیوی کے سامنے اُس کا اقبال کر۔ وُہ تیری خیر خواہ ہے۔ اُس کے مشورے محبت کے مشورے ہیں۔ اِن میں تیری بہتری بھری ہے۔ انہیں غور سے سُن!

۱۹۔ تیرے پروردگار نے تجھے اولاد دی ہے۔ اُس کے حضور میں ادب کے گھٹنے ٹیک۔ اس کرم کے لئے اُس کا شکریہ ادا کر اور اُس سے کہہ

کہ تجھے یہ تہذیب کا بار اُٹھانے کی توفیق دے!

۲۰- تیری بیوی کی اولاد صرف تیری بیوی کی اولاد نہیں۔ تو بھی اُن کا باپ ہے۔ اس لئے اپنی بیوی کا ہاتھ بٹا اور اُن کی تربیت کے فرائض میں اُسے امداد دے۔

۲۱- اپنے بال بچوں سے محبت کا برتاؤ کر۔ مگر اُنہیں بے باک نہ ہونے دے۔ اُن پر نگرانی کی کڑی نگاہ رکھ۔ مگر ان کے لئے داروغۂ جیل نہ بن۔ اُنہیں سزا دے مگر اُن سے انتقام نہ لے۔

۲۲- چھوٹے بڑے بچوں میں امتیاز نہ کر۔ ان میں سے کسی کے ساتھ بے انصافی نہ ہونے دے۔ بچے زبان سے بولیں یا نہ بولیں۔ مگر اُن کا دل اُن سے باتیں کرتا رہتا ہے۔

۲۳- بچوں کی بیماری کو نظر انداز نہ کر۔ اگر اُنہیں بلاوجہ خاموش دیکھے تو اُسے آنے والی مصیبت سمجھ کر فوراً کسی حکیم کے پاس جا۔

۲۴- جب تیرے بچے پڑھنے لگیں تو اُن کے اُستادوں سے ملتا رہ اور اُن کی ذات میں دلچسپی لے۔ اِس سے وُہ بھی تیرے بچوں میں دلچسپی لینے لگیں گے۔

۲۵- اپنے بچوں کے لئے ہوّا نہ بن کہ جب تُو گھر میں داخل ہو تو وہ اس طرح سہم جائیں، جس طرح بلی کو دیکھ کر چُوہے سہم جاتے ہیں۔ بلکہ تُو اُن کے لئے محبت کی چیز بن تا کہ تیرے گھر میں قدم رکھتے ہی اُن کا دل پھول کی مانند شگفتہ ہو جائے!



خوش رکھنے کا یہ آرٹ

جب کبھی خاوند کو اُداس یا مغموم دیکھے تو کوئی ہنسی مذاق کی بات چھیڑ دے یا اُن کے دل کو کسی سنجیدہ خیال کی طرف پھیر دے جس سے اُن کا غم جلد مٹ جائے ۔

سب سے زیادہ ضروری لیکن سب سے زیادہ مشکل کام یہ ہے کہ جب کبھی خاوند پر کوئی مصیبت یا تکلیف آ پڑے، اور اُنہیں گھبراہٹ اور چنتا نے گھیر لیا ہو، اُس وقت عورت کو چاہیئے کہ اپنی ساری ہوشیاری اپنی قابلیت، اپنی ہمت اور اپنے استقلال کو کام میں لا کر ان کی چنتا اور گھبراہٹ کو کم کرنے کی کوشش کرے۔ اِس سے کم از کم اتنا تو ضرور ہی ہوگا

کہ ایک دُکھ کا ساتھی پاکر اُن کو مصیبت کے برداشت کرنے کی طاقت آ جائے گی جس سے دُکھ کا بوجھ بہت ہلکا ہو جائے گا ۔

بہت سی گنوار عورتیں خاوند کو بس میں کرنے کا منتر حاصل کرنے کے لئے مندروں اور خانقاہوں میں دَوڑتی ہیں۔ سادھوؤں کے پیر چومتی ہیں۔ ٹُونہ جنتر کی فکر میں پاگل ہوتی ہیں اور اس کی خاطر پیسہ سے تو ہاتھ دھوتی ہی ہیں، کبھی کبھی اپنی عصمت سے بھی ہاتھ دھو بیٹھتی ہیں ۔

ایک سمجھدار بیوی کو جاننا چاہیئے کہ خاوند پر قبضہ جمانے کی کیمیا وُہ خود ہے ساری طاقتیں اُس کے دِل اور دماغ میں موجود ہوتی ہیں اور اُن کو ساتھ لے کر ہی وُہ ماں کے پیٹ سے جنم لیتی ہے۔ پتی پر ادھیکار جمانے کے لئے استری کو کسی مندر کی نہیں بلکہ سب سے زیادہ اپنے جسم کے مندر کی پُوجا کرنی چاہیئے۔ اُسے صاف ستھرا، چمکتا ہوا، تندرست اور کشش آمیز بنائے رہنا چاہیئے ۔

خاوند کے دِل و دماغ پر قبضہ پانے کی ایک ترکیب یہ بھی ہے کہ دُنیا کی اکثر باتوں میں یا کئی باتوں میں خاوند کو اپنے اُوپر انحصار رکھنے والا بنا لے۔ اُس کی ہر ایک بات میں سمجھداری سے حصہ لیتی ہوئی اُس کی زندگی کے چشمہ میں اپنی زندگی کے چشمہ کو اس طرح ملا دے کہ بیوی کے بغیر وُہ اپنے کو ناکارہ، لنگڑا یا لُولا سمجھنے لگے اور بیوی کے بغیر زندگی اُسے بہت پھیکی اور تلخ دکھائی دینے لگے۔ مگر یہ سب کوشش اِتنی صفائی سے ہونی چاہیئے کہ خاوند سپنے میں بھی یہ نہ سمجھے کہ کوئی کوشش کی جا رہی ہے۔ وُہ یہی سمجھتا رہے کہ پریم کے بس میں یہ میری سب فکر کرتی ہے اور اِن باتوں میں اِسے بھی دلچسپی ہے ۔

عورت کی سُہاگ پٹاری

۱- اَے نیک عورت! تیرا زیور چاندی سونا نہیں بلکہ تیری حیا ہے۔
۲- تیرا حُسن تیری شکل و صورت نہیں بلکہ تیری پاکیزگی ہے۔
۳- تیرا لباس ریشم و مخمل نہیں بلکہ تیری سلیقہ شعاری ہے۔
۴- اگر تُو غریب ہے تو اپنے افلاس پر رنج و قلق کے آنسُو نہ بہا۔ دُنیا میں کئی عورتیں تجھ سے بھی غریب ہیں۔
۵- اگر خُدا نے تجھے خُوبصورتی کا جادُو دیا ہے تو غرُور نہ کر۔ دُنیا میں کئی عورتیں تجھ سے بھی حسین ہیں۔
۶- اگر تیرا چہرہ دلکش نہیں تو اپنی حالت پر افسوس نہ کر۔ دُنیا میں کئی عورتیں تجھ سے بھی بدصُورت ہیں۔
۷- ہنس مکھ خاتُون دوزخ کی مُصیبت کو بھی راحت بنا دیتی ہے مگر بدمزاج عورت بہشت کی برکتوں کو بھی خوفناک عذابوں میں تبدیل کر دیتی ہے۔
۸- تُو شادی شُدہ ہے۔ تیری دُنیا تیرا شوہر ہے۔ اپنے آپ کو اِس دُنیا سے باہر نہ لے جا۔
۹- اپنے شوہر کے سوا کسی دُوسرے کی طرف نہ دیکھ۔ ورنہ تیرے خاوند کا دِل تجھ سے صاف نہ رہے گا۔
۱۰- اپنا دِل اپنے شوہر کو دے۔ اُس کا دِل خود بخود تیرا ہو جائے گا۔
۱۱- اپنے شوہر کے نقص نہ دیکھ۔ وُہ تیرے نقص نہ دیکھے گا۔
۱۲- اپنے شوہر کے عیوب کسی دُوسرے سے بیان نہ کر۔
۱۳- اگر تو چاہتی ہے کہ تیرے آنگن میں خوشی کھیلتی نظر آئے تو تین باتیں ہمیشہ یاد رکھ

(ا) کسی ندی، نالے یا تالاب پر نہ جا۔ تیرا تیرتھ تیرا اپنا گھر ہے۔
(ب) کسی سادھو، مہنت یا درویش کے پاس نہ جا۔ تیرا گورو تیرا شوہر ہے۔
(ج) گلی محلہ کی عام مستورات کے ساتھ میل ملاپ نہ رکھ۔ تیرا وقت تیرے ساس، سسر، خاوند اور گھر کے کام کاج کے لئے ہے۔

۱۴۔ تیرا شوہر اپنے والدین کا بیٹا بھی ہے۔ اسے اُن کی خدمت سے باز نہ رکھ۔ اُنہوں نے اس کی اُس وقت خبر گیری کی ہے جب تُو اپنی ماں کی شفقت کے سایہ تلے گڑیوں سے کھیلتی پھرتی تھی۔

۱۵۔ بیاہ کے بعد اپنے سسر کو اپنا باپ اور ساس کو اپنی ماں سمجھ۔ اُنہوں نے تیرا راستہ بڑے شوق اور چاؤ سے دیکھا ہے۔ اُن کے سخت الفاظ پر اُن سے خفا نہ ہو۔

۱۶۔ محبّت اور مہربانی حیوانوں کو بھی رام کر لیتی ہے۔

۱۷۔ محبّت کی آنکھ نہ نقص دیکھتی ہے نہ اس میں غصہ کا دخل ہو سکتا ہے اطمینانِ قلب کی چاہ ہے تو اپنی آنکھ میں محبّت پیدا کر۔

۱۸۔ صبر و شکر مصیبت کی رات کے چاند تارے ہیں۔

۱۹۔ دُنیا کے جتنے بھی بڑے آدمی ہوتے ہیں، اُن کے بنانے میں اُن کی بیویوں نے کافی حصّہ لیا ہے۔

۲۰۔ اگر عورت سمجھدار ہو تو اپنے خاوند کو نیک بنا سکتی ہے کئی عورتوں نے اپنی بیوقوفی سے اپنے گھر کی راحت برباد کر لی ہے!

۲۱۔ اگر تیرا خاوند بُرا ہے تو مایوس نہ ہو۔ اُٹھ کمر ہمّت باندھ! مسلسل کوشش ہر ایک بگڑا کام سنوار سکتی ہے۔

۲۲۔ مذاق بُری شے نہیں مگر وہ دُوسرے کو ہنسانے والا ہو، رُلانے والا نہ ہو۔

۲۳۔ فضول خرچی ایسی وبا ہے جو خوشحال گھرانے کی مسرّت کو پامال کر دیتی ہے۔

۲۴۔ بدمزاجی ایسی آگ ہے جس کے شعلے دولت، خوبصورتی اور تندرستی سب کو جلا کر خاک سیاہ کر دیتے ہیں۔

۲۵۔ ماں بننے سے پہلے اپنے آپ کو ماں بننے کے قابل بنا۔

۲۶۔ ماں بننا اپنی زندگی میں شہید ہونا ہے۔

۲۷۔ اولاد ذمہ داریوں کا بار ہے۔ اس کی طرف سے بے پروائی نہ کر۔

۲۸۔ اولاد کی تربیت ماں کی قابلیتوں کا امتحان ہے۔

۲۹۔ اولاد ماں کے پوشیدہ چال چلن کا آئینہ ہے۔

۳۰۔ اے عورت! اگر تو ماں بن چکی ہے اور خدا کی رحمت نے تیری گود ہری کی ہے تو یاد رکھ، تیری اولاد کا لباس تیرے اپنے لباس سے بہتر ہونا چاہیے۔ وہ قیمتی ہو یا نہ ہو، مگر صاف ستھرا ہونا لازمی ہے۔

۳۱۔ تیرا بچہ دل کا کچا ہے۔ اسے بھوت چڑیل سے ڈرنا نہ سکھا۔ ورنہ وہ ہمیشہ بزدل رہے گا۔ (سُدرشن)

چند ضروری باتیں

جو کچھ خاوند اپنی توفیق و حیثیت کے مطابق گھر کا سامان، کپڑا یا زیور لا دے یا بنوا دے، اُسی کو غنیمت سمجھے۔ اُس پر ہرگز ناک بھوں نہ چڑھائے۔ یقین جانے کہ وہ اُس سے زیادہ اور کسی کو نہیں چاہتا۔ لیکن اپنے حالات سے مجبور ہے۔ صفائی کو نمائش پر ہمیشہ ترجیح دے۔ صفائی تندرستی اور بزرگی کی علامت

ہے اور نمائش کوتاہ پسندی، جہالت، چھوٹے پن اور بے وقوفی کی۔

اپنے خاوند کے سوا اور کسی کے بھی پاس بہت وقت کبھی تنہائی میں نہ بیٹھے۔ خواہ وہ اُس کا کیسا بھی عزیز رشتہ کیوں نہ ہو۔

عصمت بیوی کا سب سے بڑا زیور ہے اور حیا اُس کی سب سے بڑی محافظ۔ اس لئے اگر بیوی اپنی عصمت کو محفوظ رکھنا چاہتی ہو تو حیا و شرم کو کبھی ہاتھ سے نہ جانے دے۔

اپنے دل کا اور اپنے گھر کا راز اپنے خاوند کے سوا اور کسی کو نہ بتلائے کیونکہ خاوند سے زیادہ خیر اندیش دنیا میں کوئی نہیں ہو سکتا۔

کفایت شعار ہونا عورت کی سب سے بڑی خوبی ہے۔ ایسی عورت اپنے خاوند کی سچی مددگار ہوا کرتی ہے۔ عورت کی کوشش سے بہتیرے فضول خرچ نوجوان لکھ پتی ہو گئے ہیں۔

بھلی اور سمجھدار عورت اپنے خاوند کو ذرا ذرا سی باتوں میں ہی خوش کر کے اس کا دل اپنی طرف کھینچ سکتی ہے۔

عورت کو چاہیئے کہ اپنے خاوند کی آمدنی کے مطابق اپنی پوشاک کو موقعہ اور وقت کے بموجب بنائے۔ برتاؤ کا بل کسی صورت میں بڑھنے نہ دے۔

گھر بار کا خرچ ہمیشہ قاعدہ سے رکھے۔ چھوٹی چھوٹی چیزوں کو بھی کسی نہ کسی صورت سے استعمال میں لے آئے۔ انہیں فضول ضائع نہ ہو جانے دے۔

بیوی کو خاوند کے کام میں بے فائدہ دخل نہیں دینا چاہیئے۔ بیاہ کی زنجیر کے ساتھ بندھا ہونے کے باعث عورت سمجھتی ہے کہ اُسے خاوند کی چھوٹی چھوٹی باتوں کی بھی دیکھ بھال کرنے کا حق حاصل ہے —— تم ابھی کیوں سو گئے؟ تم اتنی دیر کہاں رہے؟ تم کالی جُراب کیوں لے آئے؟ تم یہ کیوں نہیں

کھاتے؟ تم وہ کیوں نہیں پہنتے؟ ---- اس عادت سے بچنا چاہئے۔ جن کے ساتھ ہم رہتے ہیں، اُن کی پسند اور مرضی میں ہر وقت دخل دیتے رہنے سے گھر کا امن تپین جاتا رہتا ہے ---- اس سے خاوند بیوی کو اور بیوی خاوند کو چھوڑ جاتی ہے اور بچّے گھر سے بھاگ جاتے ہیں۔

بیوی کو چاہئے کہ وہ اپنے رُوپ اور سنگار کو زیادہ سے زیادہ دلکش بنانے کی کوشش کرتی رہے۔ لیکن صرف اپنے شوہر کے لئے۔

شوہر کو اپنا غلام بنا کر اُس پر اپنا قبضہ و اقتدار جمانے کی کوشش نہ کرو۔ بلکہ اس کے ساتھ ایک قلبی دوست کا سا برتاؤ کرو۔

زیادہ اور غیر ضروری فرمائش سے احتراز کرو۔

بیوی کے حسین اور تندرست و توانا جسم کے ساتھ اگر اس کے خیالات بھی شوہر سے ملتے جلتے ہوں تو ایسی بیوی پر اس کا شوہر سو جان سے نثار رہتا ہے۔

شوہر کو کبھی طعنہ نہ دو۔

شوہر ہرگز نہیں سُننا چاہتا کہ فلاں عورت کے پاس اچھے اچھے زیور اور کپڑے ہیں، میرے پاس نہیں۔

شوہر خوشامد اور چاپلوسی کرنے سے خوش رہتا ہے۔ لیکن اُسے ہرگز یہ نہ معلوم ہو کہ اُس کے ساتھ جو برتاؤ کیا جا رہا ہے، وہ خُوشامد اور چاپلُوسی کی غرض سے ہے۔

شوہر کے دوستوں کو اپنا دوست، شوہر کے دشمن کو اپنا دشمن سمجھو۔

کھانا پکانے میں طاق عورت اپنے شوہر کے سامنے اُس کی پسند کے مطابق کھانا پیش کر کے اُس کے دِل کو بلا قیمت ہی اپنا لیتی ہے۔

رُوپے پیسے اور گہنے کپڑوں کے لئے گھر کی فضا کو مکدّر نہ کرو۔ شوہر کی آمدنی کے اندر ہی اخراجات کا بندوبست کرو۔

اگر شوہر سگرٹ پیتا ہو یا اسی قسم کے کسی اور بُرے شغل کا شکار ہو تو اس کے لئے اُکھڑی ہوئی مت۔ بلکہ اُسے چھوڑنے کے لئے محبّت آمیز انداز میں شوہر کو سمجھانے کی کوشش کرو۔ ایک شاعر کے الفاظ میں ؎

بے شک وُہ نیک بیوی ہے فرخندہ خال ہے
شوہر کے شاد رکھنے کا جس کو خیال ہے
کیا پُوچھنا ہے دوستو اُس گھر کا انتظام
جس گھر میں نیک بیوی ہے اور خُوش خصال ہے
پہنا ہوا ہے زیورِ تہذیب سر بسر
کھانے پکانے سینے میں جس کو کمال ہے
گھر میں ہر ایک چیز قرینے سے ہے رکھی
چاول ہے یا مسالہ ہے آٹا ہے دال ہے
مصرُوف وُہ نہیں ہے ہمیشہ کتاب میں
بچّوں کی تربیّت کا بھی جس کو خیال ہے
سونے پہ پھر سہاگہ ہے کیا کہنا ہے بلوچ
وُہ نیک بخت نوجوان صاحبِ جمال ہے

گرہست کو سُورگ بنانے کا نسخہ!



خاوند کو قابو میں رکھنے کا راز

حال میں مشہور فلم ایکٹریس ہیڈ نیالائے نے نوجوان بیویوں کو دس ہدایات لکھی ہیں جن کے ذریعے وہ اپنے خاوندوں کو اپنا غلام بنا سکتی ہیں۔ چنانچہ اس حسینۂ مغرب نے اپنی بہنوں کو یہ دس ہدایتیں دی ہیں :-

۱۔ اپنے حُسن و جمال کو زیادہ جاذبِ نظر بناؤ۔ شادی کے بعد اپنے خاوندوں کی نظر میں اُتنا ہی حسین بننے کی کوشش کرو جتنا تم شادی سے پہلے تھیں۔

۲۔ کھانے بنانے میں سلیقہ حاصل کرو اور زیادہ سے زیادہ وقت دو۔ کیونکہ مرد کے دل پر قابو اُسے لذیذ کھانے مہیّا کر کے بھی پایا جا سکتا ہے۔

۳۔ مرد پر بہت زیادہ اعتماد مت کرو۔

۴۔ روپے پیسے کے متعلق جھگڑا مت کرو اور بجٹ کے مطابق خرچ کرو۔
۵۔ اگر خاوند سیگرٹ پیتا ہے تو فرش پر گری ہوئی راکھ کے متعلق مت کُڑھو۔
۶۔ دُنیا میں رُونما ہونے والے حالات سے واقفیت رکھو اور اپنے خاوند کو جتاؤ کہ تم جانتی ہو۔
۷۔ اگر تم کسی شخص سے پہلے شادی کر چکی ہو تو اُس شخص کا خیال ترک کر دو۔
۸۔ اپنے خاوند سے پُوچھے بغیر کسی شخص سے ملاقات یا مصروفیت کا وقت مقرر مت کرو۔ کیونکہ یہ عین ممکن ہے کہ تمہارا خاوند تمہارا وہاں جانا پسند نہ کرے۔
۹۔ اپنے خاوند کو دفتر سے مت بلاؤ جب تک کوئی خاص اشد ضرورت پیش نہ آئے۔
۱۰۔ اپنے خاوند سے کبھی کوئی ایسی بات نہ کرو جس سے جھگڑا پیدا ہونے کا احتمال ہو۔

مَیں اپنی بیوی کو کیسے خُوش رکھتا ہُوں؟

اِس میں ذرا بھی شک نہیں میری شریمتی مجھ سے بہت خوش رہتی ہیں اور اِتنی کہ جتنی کوئی بھی عورت اپنے پتی سے خوش رہ سکتی ہے۔ مجھ سے سبق لے کر کوئی بھی خاوند اپنی بیوی کو خوش رکھ سکتا ہے۔ اچھا تو اب یہ بتا دُوں کہ میں اپنی بیوی کو کیسے خوش رکھتا ہوں:۔

سویرے اُٹھتے ہی ایک میٹھی مُسکراہٹ کے ساتھ کہتا ہوں "آہاہا! آپ مجھ سے پہلے جاگ پڑیں۔ گھر کی مالکن جو ٹھہریں"۔ بس شریمتی جی کی کلی کلی کھل جاتی ہے۔ وہ بھی اِسی طرح ہنستے ہوئے کوئی تیر پھینک دیتی ہے۔ جب کوئی کام بگڑ جاتا ہے تو پھٹکارنے کی بجائے میں اُن سے کہتا ہوں — کا۔ کھا۔ گا

کا لکھنا ہمیں بھی مشکل سے آیا تھا۔ خیر اِس سے آگے سُدھار لوگی ٭

دال ساگ میں نمک کم پڑ جائے تو شریمتی کو جھڑکتا نہیں۔ بلکہ کہتا ہوں۔ بھئی! مجھے تو نمک اور دینا ہی چاہیئے۔ شاید تم نے گاندھی بابا سے کفایت کا پاٹھ پڑھ لیا ہے ٭

جب وُہ کوئی نیا کپڑا پہنتی ہیں تو میں بغیر پُوچھے ہی کہہ اُٹھتا ہُوں۔ اوہ! کتنا بڑھیا کھِلا ہے! تمہارے بدن پر تو کپڑے کی اَور ہی دھج ہو جاتی ہے!

اُس کی نِندا کبھی کِسی سے نہیں کرتا۔ پڑوسیوں کے سامنے تو کہتا ہُوں کہ ہماری شریمتی جی تو لکشمی ہیں!

کبھی جس وقت شریمتی جی غصّے میں ہوتی ہیں، اُس وقت میں اُن سے کچھ نہیں کہتا اور اُن کی دو باتیں بھی سُن لیتا ہُوں لیکن اُن کا اُبال ٹھنڈا ہوتے ہی اُن کو مذاق کے اِتنے تھپیڑے لگاتا ہُوں کہ شریمتی جی اپنی کرتوت پر خود ہی شرمندہ ہو جاتی ہیں۔ اپنی مرضی کے مطابق خرچ کرتے ہوئے بھی میں شریمتی جی سے کوئی بات نہیں چھُپاتا۔ اور اِس سے وُہ خوش رہتی ہیں ٭ (گنیش)

چند آزمُودہ گُر

تمہیں یہ معلوم ہونا چاہیئے کہ کب تمہیں چُپ رہنے کی ضرورت ہے۔ اگر پتی دیوتا ناراض ہیں تو اپنی ناراضگی اُن کے ساتھ ملا کر جھگڑے کو زیادہ مت بڑھاؤ۔ تمہارے چُپ رہنے سے صرف جھگڑا ہی نہیں رُکتا بلکہ پتی کو بھی اپنی ناراضگی کے لئے پشچاتاپ ہونے لگتا ہے ٭

اگر تم اپنے پتی کے دل میں یہ بات جمانا چاہتی ہو کہ اُسے ایک استری رتن ملا ہے تو تمہارا یہ فرض ہے کہ تم بھی یہ بات ظاہر کرو کہ مجھے ایک لائق پُرش رتن ملا ہے

اگر تمہیں چڑنے کی عادت ہے تو اس عادت کو جلد دُور کرو۔ تمہارے دِل میں اُن کے لئے جو پریم ہے اُسے چھُپا کر نہ رکھو۔ اُسی سچّے پریم کو دیکھ کر پتی دیو خوش ہو سکیں گے ۔

وُہ جو بات کہتے ہیں، اُسے دھیان دے کر سُنو۔ اِس بات کی پروا مت کرو کہ وُہ تمہارے مطلب کی نہیں ہے ۔

(مسز سُوئنی بائی)

بیویاں کیا کریں؟

پتی کے دِل کو پرکھنا سیکھو۔ اچھا بھوجن بناؤ اور میٹھی رسیلی باتیں کرو۔ تو تمہارا پتی ضرور تم پر فِدا ہوگا۔

پتی پر حکومت کرنا چھوڑ دو۔ اُسے دیوتا اور پُوجنیہ سمجھو۔ اپنی خوبصورتی میں کمی نہ آنے دو۔ کپڑے لتّے اور بناؤ سنگار میں موہنی بنی رہو۔

جھگڑا کبھی نہ کرو۔ ہمیشہ خوش رہو اور مُسکراتا ہُوا چہرہ رکھو۔ بات بات میں پتی دیو کی تعریف کرو۔ ایسا کرنے پر پتی دیو ضرور تم پر خوش ہوں گے۔

خالی گھر کے کاموں میں ہی نہ پڑی رہو۔ طرح طرح کی دُوسری باتیں بھی سیکھو۔

اپنے پتی پر وِشواس رکھو۔ اور یہ نہ مانو کہ دُوسرے مردوں کی نسبت میرا پتی اچھا نہیں ہے۔ تو تم ضرور اُس کے دِل کی ملکہ بنو گی ۔

(لیڈی وِلفرڈ)

دس احکام

خاوند اور بیوی کے تعلقات بہتر بنانے اور قائم رکھنے کے متعلق مسٹر

اے۔ جی پپرنس لنڈن کے ایک مجسٹریٹ نے، جس کو شادی و طلاق کے متعلق بہت سے مقدمات کے فیصلے کرنے کا اتفاق ہوا ہے، حسب ذیل دس احکام ایک اخبار میں شائع کرائے ہیں :-

۱۔ بہشت کا خواب نہیں دیکھنا چاہیئے۔ بہشت مُردوں کے لیئے ہے۔ شادی کا تعلق زندگی سے ہے۔ کسی فرشتہ سے شادی کرنے کی توقع مت کرو۔ ورنہ نا اُمیدی و ندامت کا سامنا کرنا پڑیگا۔ شادی شدہ مرد بمقابلہ عاشقوں کے کم خوشامدی ہوتے ہیں۔ بات کم کرتے ہیں۔ مگر عمل کی قوّت اُن میں زیادہ ہوتی ہے۔ شادی شدہ عورت میں بُردباری اور غور و فکر کا مادہ ہوتا ہے +

۲۔ ایک کو دُوسرے کی عزّت کرنا چاہیئے۔ تمہارے تعلقات کا بدترین معیار وہ ہونا چاہیئے جو تم ایک اجنبی کے ساتھ روا رکھو۔ ایک عورت پر اپنے شوہر کی عزّت اُس حد تک فرض ہے جس حد تک کہ ایک مرد کو ایک عورت کی دِل دہی +

۳۔ غیر ضروری بے تکلفی دوستانہ تعلّقات کو منقطع کر دیتی ہے اور محبّت میں کمی کا سبب ہوتی ہے۔ یہ مشہور مثل ہے کہ بے تکلّفی حقارت پیدا کرتی ہے +

۴۔ موقعہ سے غصّہ کرنا چاہیئے جس طرح کہ دو افراد کے یکجا ہونے سے شادی قرار پاتی ہے، اُسی طرح دو کے یکجا ہونے سے جھگڑے پیدا ہوتے ہیں۔ تالی صرف ایک ہاتھ سے نہیں بجتی ہے۔ اختلاف رائے کا دو دماغوں میں ہونا لازمی ہے۔ بحث اور تبادلۂ خیالات کے موقعہ پر ایک کو دُوسرے کے جذبات کا خاص خیال رکھنا چاہیئے۔ جب ایک دوران گفتگو میں انتہا کو پہنچ جائے اور حرارت نمایاں ہو تو دُوسرے کو خاموش ہو جانا چاہیئے۔

یہ اکثر دیکھا گیا ہے کہ دو میں کوئی بھی خاموش ہونا نہیں چاہتا نتیجہ اس کا بُرا ہوتا ہے۔ عقلمندوں کا یہ کام ہے کہ وہ ایسے مباحثہ کو ہمیشہ کے لئے بند کر دیتے ہیں ؛

۵۔ خیال رکھو! بہترین اور منظم خاندانوں اور گھروں میں بھی ناگوار صورتِ حال پیدا ہوتی ہے ؛

۶۔ ایک دوسرے کا مطالعہ کرو۔ شوہر کے مکان پر دفتر یا کام سے واپسی کے وقت عورت کو ضرور تمام کاموں سے وقت نکال کر اُس کی خدمت میں حاضر ہونا چاہیئے۔ یہ ایسا موقعہ ہے کہ دونوں کو کچھ وقت اپنا یکجا روزانہ ضرور گزارنا چاہیئے۔ ورنہ جُدائی اور بے اتفاقی کا سبب ہوتا ہے ؛

۷۔ اپنے بچّوں، اپنی ذات، گھر اور خاندان کے مستقبل کے متعلق دونوں مرد اور عورت کو کم از کم ہفتہ میں ایک بار ضرور یکجا بیٹھ کر غور کرنا چاہیئے۔ اس طرح دونوں کے مقاصد ایک ہو جاتے ہیں ؛

۸۔ خانگی زندگی کو مقدّم رکھو۔ عورت کے لئے گھر اور مرد کے لئے دفتر ہی سب کچھ نہیں ہے۔ یہ چیزیں اُن دونوں ذاتوں کی خوشگوار زندگی اور محبت کے قائم رکھنے کا ذریعہ ہیں۔ گھر کو آراستہ رکھنا چاہیئے۔ خاندانوں کے جملہ افراد خاص کر بچّوں اور بزرگوں کے لئے مخصوص کمرے اور قیام گاہیں ہونی چاہئیں ؛

۹۔ محبت کا اظہار کرو۔ اپنی محبت کے اظہار سے گریز یا خوف نہ کھانا چاہیئے۔ قلبی کیفیت کا اظہار ظاہری باتوں پر خوشگوار اثر ڈالتا ہے ؛

۱۰۔ ازدواجی رشتہ کو مستقل اور پائدار بنانے کی کوشش کرو۔ اس امر کے خیال کو اپنے قریب مت آنے دو جس سے جُدائی کی صورت سامنے آئے ؛

مذکورہ بالا وہ اصول ہیں جن پر سنجیدگی کے ساتھ ہر مرد اور عورت عمل کرنے کی کوشش کرے تو زن و شوہر کے تعلقات بہتر سے بہتر ہو سکتے ہیں اور دُنیا بہشت بن سکتی ہے ؎

خاوند کو اُپدیش

۱۔ اپنی عورت کو اپنا حقیقی خیر خواہ بناؤ۔
۲۔ اپنی عورت سے سچّا اور رحم کا سلوک کرو۔
۳۔ اُس پر اعتبار کرو۔
۴۔ اُس کے ساتھ اپنی سب باتوں پر بحث مباحثہ کرو۔
۵۔ اُس کو یقین دلاؤ کہ تم اُس کو پیار کرتے ہو۔
۶۔ گھر کی باتوں میں رشتہ داروں کو دخل نہ دینے دو۔
۷۔ عورت کو گھر کے خرچ کے لئے کافی روپیہ دو۔
۸۔ اپنی عورت کے ماں باپ کی عزت کرو۔
۹۔ اپنی عورت اور اپنے درمیان کسی اَور کا پریم نہ آنے دو۔
۱۰۔ کم عقلی سے کام نہ لو۔ ورنہ تمہارے دل میں فضول سے شکوک پیدا ہو جائینگے۔
(اسائتھ۔ جج ہائیکورٹ شکاگو۔ امریکہ)

امریکن ہائیکورٹ کے جج کا اُپدیش بیوی کو

۱۔ اپنے تئیں چھوٹا اور ناچیز نہ سمجھو۔
۲۔ چھوٹے چھوٹے کاموں سے نہ گھبراؤ۔
۳۔ بچّے کی ماں بننے سے نفرت نہ کرو۔

۴۔ بلا سبب نخروں سے اپنے خاوند کو نہ ستاؤ، ممکن ہے کہ تمہارے خاوند کے دل میں ایسی آگ پیدا ہو جائے جو تمہاری بربادی کا باعث بن جائے۔

۵۔ اپنے خاوند پر یہ بات ثابت کر دو کہ تمہارا اُس کے اُوپر سچا پریم ہے۔ اور تم اُسی سے پریم کرتی ہو۔

۶۔ ایسے ڈھنگ سے کام کرو کہ تمہارا خاوند گھر کے کام کاج میں تمہارا مددگار ثابت ہو۔

۷۔ اپنے خاوند کو بڑے پریم اور دھیان سے صبح کا کھانا کھلاؤ اور شام کو اُس سے ہنستے ہوئے چہرے سے ملو۔

۸۔ اپنے خاوند سے اُن سب وعدوں کو پُورا کرنے کی ضد نہ کرو، جو اُس نے پریم کے جوش میں آکر کئے ہوں۔

۹۔ اپنے خاوند سے دُوسری عورتوں کے مالکوں کی تعریف مت کرو اور اُس سے یہ نہ کہو کہ فلاں عورت کا خاوند تمہاری نسبت زیادہ فراخدل ہے۔

۱۰۔ اپنے خاوند سے ایسا سلوک نہ کرو، مانو وُہ اپنے گھر میں مجرم سا ہے۔

(اسا تھتے)

خاوند کو مُفت کا مشورہ

چُپ چاپ کپڑے پہن لیا کرو خواہ تمہارے بٹن اور جرابیں گم ہو گئی ہوں۔ جب تم کھانا کھانے بیٹھو تو جو چیز بھی تمہارے سامنے رکھی جائے اُس کی تعریف کرو، اس کا نتیجہ یہ نکلے گا کہ تم کو حسب منشاء کھانا ملنے لگ جائے گا۔ اگر تم کو اس حقیقت کا علم نہیں کہ تمہاری بیوی بغیر کسی سبب کے رشک و حسد سے کیوں جلنے لگتی ہے تو آپ صحیح سبب بتلا دیا کرو۔

اگر تم اس بات کا یقین کر لو کہ میاں بیوی دو علیحدہ ہستیاں نہیں بلکہ ایک ہی ہیں تو تم بہت سی مصیبتوں سے نجات حاصل کر سکتے ہو۔

اپنی بیوی کے سامنے بار بار خودکشی کا ذکر نہ کرو۔ کیونکہ آخرکار یہ مذاق ہی سمجھا جائے گا۔

اگر تم یہ دریافت کر سکو کہ اب تمہاری بیوی کا ارادہ کیا ہے تو تم ہر قسم کی تکلیف سے محفوظ رہ سکتے ہو۔ فوراً اُس کی امداد شروع کر دو۔

تم اپنی بیوی کی امداد صرف محبّت سے کرو تو وہ اپنی دیگر آرزوؤں اور خواہشوں کی خود مدد کر لیا کرے گی۔

بیوی کو مُفت کا مشورہ

اپنے خاوند سے بہتر تعلقات قائم رکھنے کا سب سے اچھا طریقہ یہ ہے کہ وہ جہاں چاہے، اُس کو جانے دو۔

سخت پریشانی، تکلیف اور نا اُمیدی کی حالت میں فوراً نہایت دلفریب جوڑا پہن لو۔

اپنے خاوند پر کبھی شُبہ نہ کرو خواہ وہ تم کو کہے کہ وہ کل رات اپنے دوست کے مکان پر سو گیا تھا، بلکہ دُوسری رات تم اپنی سہیلی کے مکان پر سو جاؤ۔

جو چیز خاوند بازار سے خرید کر لائے، اُس کو پسند کرو۔ بالخصوص اُن چیزوں کو جو تمہارے لئے خریدی جائیں۔

اگر تمہارا خاوند بہت مصروف آدمی ہے تو اُس کی غیر حاضری سے نہ گھبراؤ۔ بلکہ جب وہ تمہارے پاس آئے تو اُس کی محنت کی تعریف کرو۔ اس سے اُس کی تکان دُور ہو جائے گی اور وہ معمول سے زیادہ وقت تمہارے پاس

رہے گا ؎

اپنی شادی کو اُس وقت تک ناکامیابی نہ سمجھو جب تک تم کو دوبارہ لڑنے کا امکان باقی ہے۔

تکلیف، دُکھ اور رنج کی حالت میں بھی خندہ پیشانی سے پیش آنے پر بالآخر دائمی راحت نصیب ہو گی ؎

—سمارٹ کٹ لنڈن

خاوند بیوی پیار و محبّت سے کیسے رہ سکتے ہیں؟

جو میاں بیوی مندرجہ ذیل اصُولوں کے مطابق چلتے ہیں، اُن میں کبھی بھی اَن بن نہیں ہوتی :—

۱۔ دونوں ایک ہی وقت غصّہ نہ کریں۔
۲۔ دونوں ایک دُوسرے کی ہر ایک خواہش کو اپنی ہی خواہش سمجھیں۔
۳۔ دونوں ایک دُوسرے میں ایک ہی وقت نقص دیکھیں۔
۴۔ دونوں ایک دُوسرے کے سامنے ساری دُنیا کو بھُول جائیں۔
۵۔ دونوں ایک دُوسرے کی فرمائش کو دوہرانے کا موقعہ نہ دیں۔
۶۔ دونوں ایک دُوسرے کے سامنے اپنی غلطیاں تسلیم کرتے میں پس و پیش نہ کریں۔
۷۔ دونوں خانگی زندگی کے ابتدائی ایّام کو کبھی کبھی یاد کر لیا کریں۔
۸۔ دونوں "اگر ایسا ہوتا" نہ کہہ کر "جو ہے" اُسی کو اچھا بنانے کی متواتر کوشش کریں ؎

یورپین لیڈی ڈریک کے سُنہری اُپدیش

ایک یورپین لیڈی مسز ڈریک نے ایک انگریزی اخبار میں اپنے تجربے کی باتیں لکھی ہیں۔ اگر بیوی ان باتوں پر عمل کرے تو میاں بیوی کے جھگڑوں کا خاتمہ ہو جائے اور گرہست سورگ کا نمونہ بن جائے:۔

پہلی نصیحت

"اپنے خاوند پر اعتبار کرو اور اُس کے دل میں یہ بات جما دو کہ وہی ایک مرد ہے جسے تم جانتی ہو۔ اِس سے وہ بھی تمہیں اپنا سمجھے گا۔"

یاد رکھو، وشواس کرنے سے وشواس پیدا ہوتا ہے۔ اپنے دل میں یہ بات مت لاؤ کہ سارے ہی آدمی خراب ہیں۔ میں یہ دعوے سے کہہ سکتی ہوں کہ اکثر عورتوں کے دل میں یہ بات گھر کئے ہوتی ہے۔ ہر ایک عورت اپنے پتی کے چال چلن پر شک کرتی ہے۔ اُس کی بڑی سخت نگرانی کرتی ہے۔ ذرا پتی کو باہر سے گھر آنے میں دیری ہوئی نہیں کہ پتنی کے مزاج کا بارُود بھڑک اُٹھا! ایسی حالت میں وہ یہی سمجھتی ہے کہ وہ کہیں کسی محبوبہ سے باتیں کرتا رہا ہے۔ عورتیں اکثر بہت ہی حاسد اور چوکنّی ہوتی ہیں۔ یہاں تک کہ وہ یہ بھی برداشت نہیں کرتیں کہ اُن کا پتی کسی دُوسری عورت سے دو چار منٹ کے لئے بات چیت کرے۔ اگر کسی عورت کو اپنے پتی پر ایسا ہی شک ہے تو اس کا قدرتی نتیجہ یہ ہوگا کہ پتی بھی اُس پر اسی طرح شک کریگا۔ اگر آپ اپنے پتی کو ان ساری پابندیوں سے آزاد کر دیں، اُس پر شک نہ کریں، وہ چاہے جب گھر آئے، اُسے مت ٹوکیں، تو اُس کا سلوک آپ کے ساتھ بہت اچھا رہے گا۔ بدچلن اشخاص سبھی کو اپنے جیسا سمجھتے ہیں۔ میں کہہ سکتی ہوں

کہ ایسی عورتیں اپنی تکلیفوں کے لئے خود ذمہ دار ہیں ؂

دُوسری نصیحت

" اپنے پتی کی خوشامد کرو۔ مرد خوشامد بہت پسند کرتے ہیں"۔
مگر یہاں یہ سمجھنا غلطی ہے کہ خوشامد کو مرد ہی پسند کرتے ہیں، عورتیں نہیں کرتیں۔ یہ تو انسانی کمزوری ہے۔ گھُرکی کی نسبت خوشامد سے زیادہ کام نکلتا ہے۔ بہت سی عورتیں اِس ابتدائی گُر کو بھُول جاتی ہیں اُنہیں جہاں ہنسنا چاہیئے وہاں وُہ چڑ جاتی ہیں۔ جہاں اُنہیں میٹھی زبان سے بات کرنی چاہیئے وہاں وُہ کرخت آواز سے کام لیتی ہیں۔ عورتیں بھی خوشامدی بن سکتی ہیں۔ مگر وُہ سمجھے بیٹھی ہیں کہ خوشامد کرنا مردوں کا ہی کام ہے۔ وُہ سمجھتی ہیں کہ ہم تعریف اور خوشامد کرانے کے لئے ہی پیدا ہوئی ہیں — تعریف یا خوشامد کرنے کے لئے نہیں۔ اگر تمہیں اپنے پتی سے کوئی کام کرانا ہے تو پہلے اُس کا ڈھنگ دیکھو۔ اگر وُہ موافق ہے تو اِدھر اُدھر کی باتوں میں لگا کر لُبھاؤ۔ اِس طرح جب وُہ پُورے طور پر تمہاری طرف کھچ جائے تو پھر دھیمی آواز میں اپنی بات کہو۔ تمہیں نوّے فیصدی کامیابی ہو گی۔ اِس کے برعکس اگر جلد بازی میں یا طعنہ مار کر کوئی کام کرانا چاہو، تو وُہ کام تو کبھی ہو گا نہیں، ہاں! اِس کی جگہ ناراضگی اور جھگڑا ضرور پیدا ہو جائے گا ؂

تیسری نصیحت

"گھر میں سب سے بڑا بننے کی چینتا چھوڑ دو۔ کیونکہ وُہ درجہ پتی کا ہے۔ وُہ سُبھاؤ سے ہی اپنے کو گھر کا سب سے بڑا آدمی سمجھتا ہے"۔

اِس لئے عورتوں کو یہ بات کبھی نہ بھولنا چاہیئے کہ پتی گھر کا سوامی ہے۔ گھر کا دُھوآں اُس کی بدولت نکلتا ہے۔ پتی کو اپنی انگلی پر نچانے کی کوشش

کرنا بھاری غلطی ہے۔ یہ غلطی ہی جھگڑوں کا باعث ہوتی ہے۔ مانا کہ ایسے وگو آدمی بھی ہوتے ہیں جو چوں وچراں کئے بغیر پتنی کے حکم کی تعمیل حلیمی سے کرتے ہیں۔ وُہ پتنی کی ہاں میں ہاں ملانا اور نہ میں نہ ملانا ہی اپنے لئے اچھا اور آرام دِہ طریقہ سمجھتے ہیں، مگر یہ آدرش نہیں ہے۔ سبھی پتی آتم سمان کے باعث ایسا نہیں کر سکتے۔ ہو سکتا ہے کہ پتی کہیں جان بُوجھ کر دب جائے، مگر یہ اُمید مت کرو کہ وُہ ہر جگہ اور ہر بار ایسا ہی کرے گا ؛

چوتھی نصیحت

"اپنا رہن سہن ویسا ہی سادہ اور معمولی رکھو جیسا کہ بیاہ سے پہلے تھا۔" یہ بڑی اہم بات ہے مگر بہت ہی کم عورتیں اِس اُپدیش پر عمل کرتی ہیں۔ لیکن اِس کے ساتھ یہ بھی بات یاد رکھنی چاہیئے کہ پتی کو اپنی طرف راغب کرنے کا پہلا گُر سنگار ہی ہے۔ جُونہی خوبصورتی کم ہوئی کہ اُس کا دل اُچاٹ جاتا ہے۔ وہ خوبصورتی کی تلاش میں اِدھر اُدھر بھٹکنے لگتا ہے۔ اگر صحت کا مناسب خیال رکھا جائے تو اِس چنتا کی کوئی وجہ نہیں رہتی۔ اِس کا مطلب یہ نہیں کہ عورتوں کو اپنی خوبصورتی بڑھانے کے لئے پوڈر وغیرہ چیزوں کا خوب استعمال کرنا چاہیئے اور نہ میں یہ کہتی ہوں کہ انہیں اس کام پر کافی روپیہ خرچ کرنا چاہیئے یا بیش قیمت گہنے کپڑے بنوانے چاہئیں ؛

عورت کیسی ہو؟

"مَیں بتا دینا چاہتا ہُوں کہ مجھے ایسی عورت پسند نہیں جو لالۂ صحرائی کی طرح یا خود رَو پھول پنکھڑیوں کی مانند خلوت میں صرف مُرجھا جاتی ہے۔ اور اِس کے علاوہ اَور کسی کام نہیں آتی ؛

میں کمزور انسانوں کو ناپسند کرتا ہوں۔ میں عورتوں اور مردوں کو جسمانی طور پر ہمیشہ لطیف دیکھنا چاہتا ہوں۔ مجھے ایسی عورت پسند ہے جو ضرورت کے موقعہ پر خوفناک بھیڑ بھڑکے کا سامنا بھی جرأت سے کرسکے۔

ہمیں اپنی عورتوں میں خود اعتمادی کے جذبات کی نشو ونما کرنی پڑے گی اور میں آپ سے عرض کرنا چاہتا ہوں کہ گذشتہ سالوں کے دوران میں ہندوستان میں جو سب سے اہم واقعہ ہوا ہے، وہ ہے ہندوستانی عورتوں کی بیداری۔

کچھ ایسی عورتیں ہیں جنہوں نے اپنے اوپر حد سے زیادہ زیورات کا بوجھ لاد رکھا ہے۔ یہ ایسی چیز ہے جسے میں تو کہہ دینا چاہتا ہوں کہ میں کبھی برداشت نہیں کرسکتا۔ بھاری بھرکم زنجیروں اور چمکتے ہوئے ہیرے جواہرات سے لدی ہوئی عورتوں کو تو دیکھتے ہی میری طبیعت گھبرا جاتی ہے۔

میں یہ نہیں چاہتا کہ عورتیں اپنے متعلق لاپرواہ ہو جائیں۔ بلکہ انہیں تو ہمیشہ خوبصورت بنی رہنے کی کوشش کرنی چاہیے۔ خوبصورتی کی تو ہم لوگ تعریف کرتے ہیں۔ لیکن ہماری خواہش ہے کہ خوبصورتی کے ساتھ ساتھ عورتوں میں خود اعتمادی بھی ہو۔ ہمیں کھیلنے کے لئے گڑیوں کی مانند عورتوں کی ضرورت نہیں!"

——— (جواہر لال نہرو)


دسواں باب
پتے کی باتیں
عورت و مرد کے پوشیدہ راز

عورت کے متعلق بیس پتے کی باتیں

۱۔ دُنیا میں عورت اپنے سے خوبصورت صرف ایک ہی چیز کو مان سکتی ہے، وہ ہے اُس کی اولاد۔

۲۔ چُوڑی والی جب رنگ برنگی چُوڑیوں کے گُچھے لے کر گلی میں آتی ہے تو عورتوں اور بچّوں میں کوئی فرق نہیں رہ جاتا۔

۳۔ عورتوں کے آنسو سُسرال میں زیادہ تر ماں کے نام پر گرتے ہیں اور میکے میں خاوند کے نام پر۔

۴۔ رات کو عورتیں دن کی نسبت زیادہ خوبصورت معلوم ہوتی ہیں۔

۵۔ جو عورت اپنے خاوند کی نظر سے گِر جاتی ہے، وہ اوروں کی نظر میں چڑھے بغیر نہیں رہتی!

۶۔ سب سے "نہیں" اور خاوند سے "نہیں" کا ایک ہی مطلب نہیں ہے۔

۷۔ عورت کی "نہیں" بھی کبھی کبھی "ہاں" کے معنوں میں آتی ہے اور اُس کی "ہاں" تو "ہاں" ہی ہے۔

۸۔ جو عورت یہ خواہش رکھتی ہے کہ اُسے لوگ دیکھیں، وُہ اعتبار کرنے لائق نہیں ہے۔

۹۔ جس عورت کو سادگی پسند نہیں ہے، وہ تبھی تک پتی برتا رہ سکتی ہے جب تک اُس کا پتی زندہ ہے۔

۱۰۔ پتھر کو بھی موم بنا دینے والا "آنسو" نام کا ایک بڑا زبردست ہتھیار عورتوں کے پاس ہے۔

۱۱۔ عورت ایک بار سچّے دِل سے جسے اپنا دل دے دیتی ہے، اُس کے لئے وہ سب کچھ چھوڑ سکتی ہے۔

۱۲۔ خودکشی کر لینا عورتوں کے لئے بہت ہی معمولی بات ہے۔
۱۳۔ عورت گرتے ہوئے مرد کو راہِ راست پر لا سکتی اور دھرماتما مرد کو نرک کے گڑھے میں گرا سکتی ہے۔
۱۴۔ وہ عورت جو اپنی خوبصورتی پر ناز کرتی ہے، جو گہنے کپڑے کی بڑی شوقین ہے، جو خوشامد پسند ہے، جو اِدھر اُدھر بیاہ شادیوں، میلوں اور تماشوں میں بہت جاتی ہے، جو آوارہ پھرتی ہے ـــ کبھی قابلِ اعتبار نہیں ہو سکتی۔
۱۵۔ ہمیشہ اُداس یا دکھی اور ناخوش رہنے والی عورت بھی قابلِ نفرت ہے۔ اِس کے ساتھ کوئی بھی آدمی سُکھی نہیں رہ سکتا۔ ایسی عورت دوسروں کے ساتھ تو ہنس لے گی، مسکرائیگی اور مذاق کی باتیں کریگی، لیکن خاوند کے حصے میں اس کا رنج اور اُداسی ہی آتی ہے۔ ایسی عورت سے گھر کا سُکھ تباہ ہو جاتا ہے!
۱۶۔ جو عورت کھانا کھانے میں سست نہیں، وہ کام کرنے میں بھی سست نہیں ہو گی۔ یہ ہو سکتا ہے کہ اِس ڈر سے کہ میں کہیں دوسروں سے پہلے نہ کھا بیٹھوں، عورت تھالی پر سے تھوڑا تھوڑا کھانا اُٹھائے اور دیر کے بعد آہستہ آہستہ منہ میں لقمہ ڈالے لیکن وہ جب لقمہ کو دانتوں سے چبائے گی، تب قدرت نے اُسے جو کچھ سکھایا ہے، اُسے وہ چھپا نہیں سکتی۔ یقین رکھئے اگر اُس کے جبڑے سست رفتار سے ہلتے ہیں، اگر وہ لقمہ کو اچھی طرح نہ چبا کر اس طرح کھاتی ہے جس سے شک ہوتا ہے کہ وہ آخر میں اسے نگل جائیگی تو یقیناً کام کاج میں وہ بڑی سست ہے!
۱۷۔ جس عورت کو تڑکے اُٹھنے کی عادت نہیں، جو کبھی اوس نہیں دیکھتی، جسے نکلتے ہوئے سورج بھگوان کے درشن نہیں ہوتے، جو چارپائی سے اُٹھتے ہی کھانے

بیٹھ جاتی ہے اور بھوک نہ ہونے پر بھی لذیذ کھانوں کو چٹ کر جاتی ہے۔ایسی عورت سے خاوند کو نفرت ہو جاتی ہے۔اس لئے لڑکیوں میں بچپن سے ہی تڑکے اُٹھنے کی عادت ڈالنی چاہیئے۔تڑکے اُٹھنے سے عورت کو بہت فائدہ ہوتا ہے۔اُس کی صحت بنی رہتی ہے۔اُس کی خوبصورتی جلدی نہیں بگڑتی۔ وُہ مرتے دم تک خاوند کی پیاری بنی رہتی ہے ٭

۱۸۔ جو عورت بیش قیمت کپڑوں کی شوقین ہے، جو اپنی مالی حیثیت سے بڑھ کر قیمتی پوشاک پہنتی ہے، جن چیزوں کے خریدنے کا اس میں مقدور نہیں ہے، ان سب کو خرید



لیتی ہے۔ جو مُفید سے بھڑکیلی کو، جو کم نمائشی مگر زیادہ پائدار سے رنگیلی اور بودی چیز کو پسند کرتی ہے ــــ سمجھ لیجئے کہ وُہ فضول خرچ ہے ایسی عورت کی دِلی تمنّا کبھی پُوری نہیں ہوتی۔ اسے گھوڑا مل جائے تو گاڑی مانگنے لگتی ہے۔ گاڑی ملنے پر وہ چار گھوڑوں کی بگھی کا مطالبہ کرتی ہے۔ اسی طرح وُہ عمر بھر اپنے خاوند کو تنگ کرتی رہتی ہے ۔

۱۹۔ اچھی عورت اپنے جسم کو صابن یا اُبٹن سے مل کر صاف سُتھرا رکھتی ہے۔ اُس کی انگلیوں کے ناخنوں میں مُیل نہیں بھرا ہوتا۔



اُس کے بالوں سے بدبُو نہیں آتی اور گردن و کانوں کے پیچھے کا حصّہ مَیل سے کالا نہیں رہتا ۔

۲۰۔ مَیلی عادت کی عورت اپنے پاس رُومال نہیں رکھتی۔ وُہ اپنے گندے گندے ہاتھ دوپٹے یا قمیض سے ہی پُونچھ لیتی ہے۔ اس کے کپڑوں پر کہیں ہلدی اور کہیں تیل کا دھبّہ لگا رہتا ہے۔ کپڑے پہننے کا طریقہ بھی اس کا بڑا بے ڈھب ہوتا ہے کہیں کوئی بٹن ٹوٹا ہوُا ہے تو کہیں کوئی پلّہ پھٹ گیا ہے۔ کپڑے ایسے بُری طرح سے سِلے ہوئے ہیں کہ بدن پر ٹھیک نہیں بیٹھتے۔ جو عورت ایک بات میں گندی ہے، وُہ اکثر دُوسری باتوں میں بھی صفائی نہیں رکھتی ۔

وُہ باتیں جو ہر ایک خاوند میں پائی جاتی ہیں

عورتیں دیر تک ایک جگہ بیٹھی رہتی ہیں۔ مگر خاوند ایک جگہ — گھر کے اندر نہیں بیٹھ سکتے۔ بیٹھیں گے بھی تو گھر کے باہر۔ موقعہ پاتے ہی گھر سے باہر بھاگ جانا اُن کی خاص عادت ہے ۔

خاوند باہر چاہے جس کی غلامی کریں، چاہے جس کا حکم مانیں، لیکن گھر کے اندر قدم رکھتے ہی وُہ لاٹ صاحب ہو جاتے ہیں اور بیوی کو حکم دینے لگتے ہیں — یہ لاؤ، وُہ لاؤ، یہ کرو، وُہ کرو!

بیوی کے ساتھ خاوند کو جہاں کہیں جانے کا موقعہ ہوُا کہ بس سج دھج کر، گھڑی چھتری، بُوٹ سُوٹ سے لیس ہو کر جلدی مچانے لگتے ہیں۔ جلدی کرو، دیر ہو رہی ہے اور تم نے ابھی تک ساڑھی بھی نہیں پہنی! اُف تم بڑی سُست ہو! پہلے سے تیار بھی نہیں ہوُا جاتا — بیوی بچاری اِس جلد بازی میں اَور

بھی گھبرا جاتی ہے، اُس کے ہاتھ پیر اَور بھی بھُول جاتے ہیں۔ خاوند کی جلدبازی کے باعث اَور بھی دیر ہوتی ہے ؛

خاوند کو دُوسرے کام بھلے ہوں اور وُہ بھی گھر کے باہر، وقت سے ہوتے ہوں یا نہ، مگر وہ گھر میں ٹھیک وقت پر کبھی بھی کھانا نہ کھائیں گے ؛

خاوند گھر سے باہر نکلے کہ بس گھر کو ایک دم بسار ہی بیٹھے۔ کبھی جلدی نہ لوٹیں گے۔ بیوی بچاری گھنٹوں روٹی لئے بیٹھی رہتی ہے۔ بہانے بنانے میں تو بڑے ہی چُست ہیں ـــ "کیا بتاؤں! ایسے جھنجھٹ میں پڑ گیا کہ جلدی پیچھا نہ ہی چھُڑا سکا"ـــ "آج کام اتنا زیادہ تھا کہ جلدی اُٹھ ہی نہ سکا"ـــ "راستے میں فلاں شخص مل گئے اور گھنٹوں دماغ چاٹ ڈالا"ـــ وغیرہ بہانے تو اُن کی زبان پر رکھے رہتے ہیں ؛

عام طور پر سبھی خاوند اپنے کو اپنی بیویوں سے زیادہ طاقتور سمجھتے ہیں ؛

مردانہ و زنانہ فطرت کا صحیح نقشہ

مرد کا دماغ ظلم وستم ڈھانے میں ہوشیار ہے۔ عورت بحرِ محبّت کی بہترین تیراک ہے۔

مرد کو لڑنے والے ہتھیار کی طرح بنایا گیا ہے اور اُس میں کمانے اور جدوجہد کرنے کی طاقت و ہمّت پیدا کی گئی ہے۔ اس کے برعکس عورت کو حُسن و نزاکت کی بیش بہا دولت سے مالا مال کیا گیا ہے۔

عام طور پر مرد بے لگام ہوتے ہیں اور عورتیں امن پسند۔ مرد حملہ کرتا ہے، عورت حفاظت کرتی ہے۔

مرد میں ہمّت ہے، عورت میں برداشت کی طاقت۔

مرد ترقی پسند ہوتا ہے، عورت صابر۔

مرد اختیار اور رُعب سے حکومت کرتا ہے، عورت پریم سے۔

مرد الفاظ کے ذریعے التجا کرتا ہے، عورت نگاہ اور حلیمی سے۔

مرد "حال" میں "مستقبل" کو بھول جاتا ہے، عورت "مستقبل" کو سنبھالنے اور اُسے زیادہ سُکھ دایک بنانے کے لئے ہمیشہ کوشاں رہتی ہے۔

مرد بڑے سے بڑے مجرم کو بھی معاف کر سکتا ہے مگر عورت میں جب بدلہ لینے کی آگ سُلگ جاتی ہے، تب وُہ زہریلے سانپ کی مانند قیامت بپا کئے بغیر چین نہیں لیتی۔

عورت دُوسروں کے دِل میں آناً فاناً ہی جگہ حاصل کر لیتی ہے۔

مرد پیش قدمی کرنے والا ہے، عورت راستہ دکھانے والی ہے۔

مرد سب قسم کے، ہر درجہ کے آدمیوں سے ملتا ہے لیکن عورت ایسا نہیں کرتی۔

مرد مزاج کا مضبوط ہوتا ہے، عورت تیز۔

مرد باقاعدگی کے ساتھ کام کرنے میں زیادہ طاق ہوتا ہے، عورت ہر کام کرنے میں چُست ہوتی ہے۔

مرد قاعدے قانون بناتا ہے، عورت خُوش اخلاقی کی بنیاد ڈالتی ہے۔

مرد کسی مرد یا چیز کو پیار کر سکتا ہے اور نہیں بھی کر سکتا لیکن عورت یا تو کسی چیز یا مرد کو پیار کی نظر سے دیکھتی ہے یا نفرت کی نگاہ سے۔

مرد محبت کرنے میں جلد بازی سے کام لیتا ہے۔ عورت جس کو پیار کرتی ہے اُس کے کسی عیب کو تسلیم نہیں کر سکتی اور جس سے نفرت کرتی ہے اُس کی کوئی خوبی بھی نہیں دیکھ سکتی۔ وُہ جس سے محبت کرتی ہے اُس کی خامیوں اور غلطیوں کیلئے سینکڑوں بہانے ڈھونڈ نکالتی ہے مگر جس سے وُہ نفرت کرتی ہے، اُس کی معمولی غلطی کو بھی برداشت نہیں کرتی!

عورت اس لئے پیدا ہوئی ہے
کہ مرد کا ساتھی بنے



* * *

نیک بیوی خدا کی تمام بخششوں سے
بڑی بخشش ہے۔ وہ ہیرا ہے، موتی ہے، دولت ہے





عورت کے حسن میں مرد کو دیوانہ بنا دینے کی حیرت انگیز طاقت ہوتی ہے



مرد عورتوں کے حق میں جو چاہیں کہیں، لیکن وہ اُن پر حکومت کرتی ہے ۔



اگر تم خاوند ہو تو اپنی عورت کو اپنا حقیقی خیر خواہ بناؤ اور اُس کو یقین دِلاؤ
کہ تم اُس کو پیار کرتے ہو۔ اُس پر اعتبار کرو۔ اور اُسے صلاح مشورہ میں شریک کرو۔



عورت چاہے کبھی اپنا پاپ تسلیم کرلے مگر اپنا قصور تسلیم نہیں کرے گی۔ مرد کہہ دیگا کہ اس سے گناہ ہوا، مگر عورت صرف اتنا کہے گی کہ غلطی ہو گئی!

مرد تجویز سوچتا ہے منصوبے باندھتا ہے مگر ہمت عورت ہی بندھاتی ہے۔

مرد چاہے عورت کو ستالے مگر اُس پر غلبہ عورت کا ہی رہتا ہے۔

مرد کُنبے کا مُکھیا ہوتا ہے۔ مگر عورت کُنبے کا دِل ہوتی ہے۔ گھر کی حقیقی مالکن وہی ہے۔

مرد محبت کا ثبوت نہیں چاہتا عورت کا اپنے آپ کو اُس کے حوالے کر دینا ہی اُس کے لئے کافی ہوتا ہے لیکن عورت مرد کی محبت پر ہمیشہ غور کرتی رہتی ہے۔ اُسے مرد کی محبت کا ثبوت دن میں کئی بار اُس کی زبان اور آنکھوں سے ملنا چاہئیے؛

مرد تھوڑا پیار کرتا ہے اور کئی بار۔ لیکن عورت زیادہ اور کبھی کبھی۔

عورت محبت کی قربان گاہ پر اپنی زندگی کو قربان کر سکتی ہے۔ لیکن مرد اپنی پیاس بجھانے کے لئے کبھی کبھی اپنی بیوی کو بھی قربانی پر چڑھا دے گا!

عورت کا پیار لگاتار ہوتا ہے، مرد کو پیار کے دَورے سے آتے ہیں۔

مرد زیادہ محنتی، ہمتی اور چُست ہوتا ہے۔ عورت زیادہ بُردبار، امن پسند فراخ دِل اور محبتی۔

مرد اچھا سرجن (چیر پھاڑ کرنے والا) ہوتا ہے اور عورت اچھی نرس (سیوا ٹہل کرنے والی) بنتی ہے۔

عورت حلیم، شرمیلی، شرافت پسند اور نازک ہوتی ہے۔ اِس کے برخلاف مرد سخت دِل، چلتا پرزہ اور ڈھیٹ ہوتا ہے؛

عورت اور مرد کا دلچسپ مقابلہ

۱۔ عورت کی زبان صرف تین انچ ہوتی ہے لیکن وُہ چھ فٹ لمبے مرد کو ہلاک کر سکتی ہے!

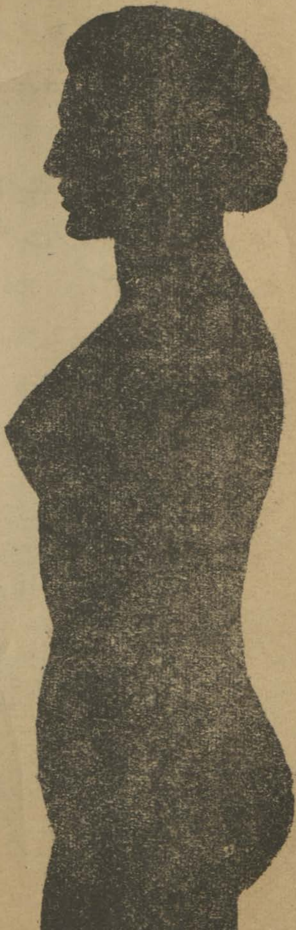
۲۔ مرد الفاظ سے التجا کرتا ہے، عورت نگاہوں سے۔

۳۔ مرد محبت میں بہت عجلت پسند ہوتا ہے وُہ جذبات کے تمام مدارج میں جلد جلد گزرتا ہے، گویا اُن سے پیچھا چھڑانا چاہتا ہے۔ مگر عورت قدم قدم پر ٹھہر جاتی ہے، گویا وہ اُس سے لطف اندوز ہونا چاہتی ہے۔

۴۔ مرد کا جذبۂ محبّت محدود ہوتا ہے لیکن وُہ اکثر اوقات محبت کرتا ہے۔ عورت کے دِل میں جذبۂ محبت بے پایاں ہے، لیکن شاذو نادر ہی وُہ محبت کرتی ہے۔

۵۔ مرد ہزارہا کام کرتے ہیں لیکن عورت صرف محبت کرتی ہے اور اپنی تمام عمر اِس میں لگی رہتی ہے۔

۶۔ عورت کوئی عہد نہیں کرتی۔ مگر مرد کے



لئے سب کچھ قربان کر دیتی ہے۔ مرد بہت عہد کرتا ہے مگر آخر میں صاف مُکر جاتا ہے۔



۷۔ عورت جب تک محبت کرتی ہے اُس کی محبت مسلسل و متواتر ہوتی ہے۔ مگر مرد کی محبت میں وقفہ بھی ہوتا ہے۔

۸۔ ایک مرد جب جاہ و ثروت، دولت و حکومت کے عروج پر پہنچ جاتا ہے تو اس کے دل سے احساس محبت مٹ جاتا ہے۔ لیکن عورت خواہ کتنی ہی دُنیوی ترقی کیوں نہ کر جائے، عورت ہی رہتی ہے۔ اور اس کے جذباتِ لطیف معدوم نہیں ہوتے۔

۹۔ مریض کی جتنی اچھی تیمارداری عورت کر سکتی ہے، اتنی مرد نہیں کر سکتا۔

۱۰۔ عورت ہر چیز اور ہر بات کو سطحی طور پر دیکھتی، سطحی طور پر محسوس کرتی اور سطحی پر سوچتی ہے لیکن مرد ہمیشہ ہر معاملہ کی تہ تک پہنچنے کی سعی کرتا ہے۔

عورت اور مرد میں جسمانی فرق

۱۔ مرد عورت سے بڑا ہے اور اُس کی ہڈیوں کے جوڑ اور پٹھے بھی نسبتاً قوی و مضبوط ہیں۔ عورت مقابلتاً چھوٹی ہے۔ اُس کی ہڈیوں کے جوڑ نظر نہیں آتے۔ اُس کے پٹھوں پر چربی کی ایک تہ چڑھی ہے ؛

۲۔ مرد کا بدن سیدھا ہے۔ عورت کے بدن میں ڈھیلا پن ہے ؛

۳۔ مرد حرکت پسند ہے اور عورت آرام پسند واقع ہوئی ہے ؛

۴۔ پیدائش کے وقت نر بچے کا وزن زیادہ اور لمبائی بھی زیادہ ہوتی ہے۔ پہلے دو سالوں میں لیسے بچے بہت جلدی بڑھتے ہیں۔ تیسرے اور چوتھے سال یہ رفتار کچھ ڈھیلی پڑ جاتی ہے۔ ۵ سے ۱۰ سال کی عمر تک لڑکے لڑکیوں کی نسبت زیادہ بڑھتے ہیں۔ دس سے پندرہ سال تک لڑکیاں زیادہ ترقی کرتی ہیں۔ لڑکوں سے وہ لمبائی اور وزن میں بھی بڑھ جاتی ہیں۔ جس عمر میں لڑکے کا بڑھنا رُک جاتا ہے، اُسی عمر میں لڑکی بہت بڑھ جاتی ہے۔ لیکن ۱۶ کے بعد اُس کی ترقی میں ڈھیلا پن آجاتا ہے اور ۲۰ سال کی عمر میں اُس کا جسم بھر جاتا ہے ؛

۵۔ مرد ۴۰ سال میں اپنے پورے وزن کو پہنچ جاتا ہے اور عورت ۵۰ سال میں۔

۶۔ عورت کا سر لمبائی میں مرد سے زیادہ ہوتا ہے۔ گردن چھوٹی مگر دھڑ لمبائی میں زیادہ اور پاؤں و ہاتھ چھوٹے ہوتے ہیں۔ یہی سبب ہے کہ بیٹھی ہوئی عورت مرد سے بڑی معلوم ہوتی ہے ؛

۷۔ عورت میں اس کے وزن کا ۴۵ فیصدی حصہ طاقت بناتا ہے اور مرد میں اُس کا ۷۰ فیصدی حصہ طاقت کا ہوتا ہے ؛

۸۔ گرفت کے معاملہ میں عورت مرد سے کمتر ہے۔ عورت صرف ۴۰ پونڈ تک

کی چیز ہاتھ کی گرفت سے نچوڑ سکتی ہے ۔ مرد ۸۰ پونڈ ہاتھ کی گرفت سے نچوڑ سکتا ہے ۔

۹۔ ایک اوسط درجے کا مرد گلف کی گیند کو ۱۲۰ سے ۱۴۰ گز تک دوڑا کر لے جاسکتا ہے مگر عورت ۷۰ سے ۱۰۰ گز تک ہی لے جاسکتی ہے ۔

۱۰۔ عورت کی ٹانگیں اکیلے دھڑ سے نسبتاً کم لمبی ہوتی ہیں ۔

۱۱۔ عورت کے کولھے مرد کے کولھوں سے چوڑے ہوتے ہیں اور مرد کے کندھے عورت کے کندھوں کے مقابلہ میں چوڑے ہوتے ہیں ۔

۱۲۔ عورتوں میں مردوں کی نسبت قوتِ برداشت زیادہ ہوتی ہے ۔ عورت بغیر خوراک کے بہت کافی عرصہ تک زندہ رہ سکتی ہے اور برداشت کر سکتی ہے ۔ بیماری کی روک بھی عورت مرد سے زیادہ کر سکتی ہے ۔ کیونکہ استقلال کی قوت اس میں زیادہ ہوتی ہے ۔ غرضیکہ اپنی جنسِ مخالف سے زیادہ مستقل مزاج ہے ۔

۱۳۔ ایک عورت ایک کار روکنے میں $\frac{۷۷}{۱۰۰}$ سیکنڈ لگاتی ہے ۔ حالانکہ مرد $\frac{۷۲}{۱۰۰}$ سیکنڈ میں موٹر روک لیتا ہے ۔

۱۴۔ مرد کا دماغ بلحاظ اوسط ساڑھے تین پونڈ وزنی ہوتا ہے اور عورت کے دماغ کا وزن اوسط کے لحاظ سے دو پونڈ گیارہ اونس (تقریباً پونے تین پونڈ) قرار پایا ہے ۔

۱۵۔ ایک اوسط درجے کے مرد کی کھوپری کا ظرف پیمائش میں تقریباً ساڑھے چودہ سو سنٹی میٹر ہوتا ہے ۔ اور عورتوں میں یہ پیمائش صرف تیرہ سو سنٹی میٹر ہوا کرتی ہے ۔

۱۶۔ ایک ڈاکٹر نے انکشاف کیا ہے کہ گرمی برداشت کرنے کا مادہ عورتوں

میں مردوں کی نسبت زیادہ پایا جاتا ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ عورتوں کی جلد مردوں کی نسبت ایک درجہ ٹھنڈی ہوتی ہے۔ یہ بھی بیان کیا جاتا ہے کہ رات کے وقت ان کی بدن کی تپش گر جاتی ہے حالانکہ مردوں کی تپش ایک درجہ بڑھ جاتی ہے ؎

عورت کن باتوں میں مرد سے بڑی ہے؟

عورتوں میں مردوں کی نسبت محسوس کرنے کی طاقت دوگنی ہوتی ہے۔ سو میں سے اسی عورتیں ایسی نکلیں گی جو اگر ان کے بازو کے اگلے حصہ پر دو چوبھیں ایک دوسرے سے ایک انچ کے فاصلہ پر کی جائیں تو وہ جھٹ پہچان لیں گی ؎

اگرچہ عورتیں کھانا بنانے اور خوشبویات میں بڑی دلچسپی لیتی ہیں لیکن مردوں میں سونگھنے کا اور ذائقہ کا مادہ ان سے زیادہ ہوتا ہے ؎

نظر کے لحاظ سے بھی مرد اور عورت دونوں میں بہت فرق ہے۔ مردوں کی نسبت زیادہ عورتوں میں نزدیک سے نہ دیکھنے اور دور سے نہ دیکھنے کا نقص ہوتا ہے اور بہت زیادہ عورتوں کو چشمہ لگانے کی ضرورت ہوتی ہے لیکن ہزار میں صرف ایک ہی عورت ایسی نکلے گی جو باریک سے باریک رنگ کو نہ دیکھ سکتی ہو۔ برخلاف اس کے قریب تیس میں سے ایک مرد کو یہ روگ ہے۔ لیکن اُسے اپنے اس روگ کا علم نہیں ؎

بہت تھوڑی عورتیں ایسی ہیں جو بھینگی ہوں، جو ہکلا کر بولتی ہوں یا جو سارا کام اپنے ہاتھ سے کرتی ہوں۔ ایسی عورتوں کا حافظہ اوسطاً مرد سے بہت زیادہ اچھا ہوتا ہے ؎

تواریخ کی ایک ہزار نامور ہستیوں میں عورتیں صرف ۵۵ ہی ہیں۔ اس کا سبب یہ ہے کہ دماغی اوصاف میں اور اونچائی میں عورتیں عموماً سب کی سب اوسط عورت کے قریب قریب ہی ہوتی ہیں۔

عورتیں عموماً کیا نہیں کرسکتیں؟

بات نہیں پچا سکتیں!

سب سے پہلی اور خاص بات جو عورتیں اس زمانہ میں نہیں کرسکتیں، یہ ہے کہ وہ کسی بھی بات کو، خواہ وہ کتنی پوشیدہ سے پوشیدہ ہو اور مرد لوگ اپنی عورتوں پر بھروسہ کرتے ہوئے اُسے اُن پر ظاہر کریں، اپنے پیٹ میں ہرگز پچا نہیں سکتیں۔ وہ اُسے کسی نہ کسی طرح ظاہر کر ہی دینگی اور فوراً ہی وہ پوشیدہ بات بھی ہر کسی پر ظاہر ہو جائے گی۔ سکھی سہیلی یا کسی بھی جان پہچان والی عورت کے آتے ہی وہ خفیہ بات اُن کے مُنہ سے نکل پڑیگی۔ جب تک وہ اس بات کو ظاہر نہ کر دیں گی، تب تک اُنہیں چین ہی نہ پڑے گا، اُن کا کھانا ہی ہضم نہ ہو گا۔

میکے والوں کی بُرائی نہیں سُن سکتیں!

ایک اور خاص بات عورتوں میں یہ ہوتی ہے کہ وہ اپنے ماں، باپ یا بھائی وغیرہ کی بُرائی بالکل نہیں سُن سکتیں۔ اُن کو بُرا بتانے لگو، وہ کُڑھنے لگیں گی۔ غصے سے جل کھانے لگیں گی۔ تعریف کرو تو وہ خوش ہو جائیں گی، چاہے بیاہ کے بعد ماں باپ کا ساتھ چھوٹنا پڑے اور چاہے اُن کے گھر آنا جانا تک نہ ہو، وہ گُن گائیں گی تو اپنے ماں باپ کا، اور باغ باغ ہوں گی تو ماں باپ اور گھر والوں کی تعریف سُن کر۔ مطلب یہ کہ عورتیں اپنے ماں باپ اور گھر والوں کی ذرا بھی بُرائی نہیں سُن سکتیں۔

گہنوں کا لالچ دُور نہ ہوگا!

ایک اَور بات جو عورتیں نہیں کر سکتیں، یہ ہے کہ عورتیں گہنوں کا لوبھ نہیں چھوڑ سکتیں، چاہے اُنہیں کتنا ہی گہنا بنوا کر دیا جائے۔ گہنوں سے انہیں سر سے پاؤں تک کیوں نہ لاد دیا جائے، اُن کی گہنوں کی بھُوک کم نہ ہوگی۔ اُن کے لئے وُہ لڑیں گی، جھگڑیں گی، رُوٹھیں گی، خوشامد کرینگی مگر گہنا ضرور چاہیں گی۔ بھلے ہی اِس میں اُن کے خاوند کا دیوالہ نکل جائے، قرض سر پر چڑھ جائے یا خاوند کی جان آفت میں پھنس جائے!

پُرانے رسم و رواج کو نہ چھوڑیں گی!

عورت کو اس کا خاوند کتنا ہی لکھائے، پڑھائے، مہذّب بنائے، مگر وُہ اپنی پُرانی باتوں کو ہرگز نہ چھوڑیں گی۔ ہتھ، تہوار وغیرہ میں ایک دو نہیں، بے شمار بے سر پیر کی ایسی بے ہودہ باتیں ہیں جنہیں بے فائدہ اور فضول سمجھتے ہوئے بھی نہیں چھوڑ سکتیں ؛

حسد، بُغض اور ڈاہ نہ چھوڑیں گی!

عورت کتنی بھی تعلیم یافتہ اور سمجھدار کیوں نہ ہو، اُس کے دل سے حسد، بُغض اور ڈاہ کبھی دُور نہیں ہو سکتا۔ ہر ایک عورت اپنے کو سب سے افضل، تمام گُنوں کا خزانہ اور حسین ترین سمجھتی ہے۔ اُس سے کتنی زیادہ پڑھی لکھی، مہذّب اور حسین عورت کیوں نہ ہو، وُہ اُسے نفرت کی نگاہ سے ہی دیکھے گی۔ اور اگر کہیں وُہ عورت اُس عورت کے خاوند کی واقف ہو، اُس کے پاس آئے جائے یا اُس سے کسی قسم کا میل ملاقات رکھے، تب تو بس پھر کیا پوچھنا ہے! طرح طرح کے شکوک اُس عورت کے متعلق اس کے دل میں اُٹھنے لگیں گے اور یہ اُس سے حسد اور ڈاہ کرنے لگے گی۔ اُس کا دل جلنا شروع ہو جائے گا ؛

بچّوں کے معاملہ میں چپ نہ رہ سکیں گی

جہاں دو چار بچے رہتے ہیں، وہاں وہ آپس میں کھیلتے کودتے، لڑتے جھگڑتے اور پھر میل ملاپ کر ہی لیتے ہیں۔ مرد چاہے بچّوں کی لڑائی کو نظر انداز کر دیں، مگر عورتیں چپ نہیں رہ سکتیں —— بچّوں کی لڑائی میں اگر کسی نے اُن کے بچے کو مار پیٹ دیا تو بس وہ میان سے باہر ہو جائیں گی۔ اُس مارنے والے بچے کو تو پیٹیں گی ہی، ساتھ اُس کے ماں باپ تک کو بُرا بھلا کہہ ڈالیں گی جس کا نتیجہ بھلے ہی یہ ہو کہ چھوٹوں کی لڑائی میں بڑے بڑے بھی آپس میں لڑ پڑیں اور سر پھٹول ہو جائے!

عورتیں اپنے کو سب سے اُوپر سمجھتی ہیں۔ اُنکی تعریف کرتے جاؤ، پھول کر کُپّا ہو جائینگی۔ اُنکی بُرائی کرنے لگو، وہ رُوٹھ جائینگی، ناراض ہو جائینگی، اینٹھ جائینگی۔ خود چاہے وہ کسی دُوسری عورت کی کھلی اڑائیں، اُسے بُرا بھلا کہیں، اُس پر ہنسیں، مگر یہاں اُن کی کسی بات کو بُرا بتلانے لگو، اُن کی تعریف کرنا چھوڑ دو، وہیں وہ ناراض ہو جائینگی۔ اپنی بُرائی وہ کسی بھی حالت میں نہیں سُن سکتیں ہا

بحث نہیں کر سکتیں

عورتیں بھلے ہی کسی بات کی تائید میں زور دار دلیل پیش کر سکیں، مگر وہ اُس پر بحث مباحثہ نہیں کر سکتیں۔ اگر کریں گی تو مضمون سے باہر جا کر اپنی تعریف آپ کرنے لگیں گی "تمہارا کہنا غلط ہے۔ میں ٹھیک کہہ رہی ہوں —— مانو چاہے نہ مانو۔ مگر میری بات ٹھیک ہے —— میں سمجھتی ہوں کہ میں کیا کہہ رہی ہوں —— جو کچھ میں کہہ رہی ہوں، ٹھیک ہے" —— وغیرہ وغیرہ باتوں سے وہ بحث کو ختم کر دیں گی اور اپنی ہی بات کو سب سے اچھی بتانے کی کوشش کریں گی ٭

گیارھواں باب

گھریلو سائنس

ضروری واقفیت

گرم کپڑوں کی دھلائی میں خاص احتیاط کرنی چاہیئے۔ ان کپڑوں کو تیز گرم پانی میں کبھی نہ دھوئیں۔ فلالین کی ہر قسم کے کپڑے تیز گرم پانی میں سکڑ جاتے ہیں۔ گرم کپڑوں کے لئے ریٹھے عمدہ چیز ہیں۔ ریٹھوں کو کوٹ کر رات بھر پانی میں بھگو چھوڑیں۔ صبح کو آگ پر اُبال لیں، پھر اُس میں گرم کپڑے خوب اچھی طرح ملیں۔ اگر کپڑا بڑا ہو اور ہاتھوں سے کام نہ چل سکے تو کپڑے کو ٹب میں ڈال کر پاؤں سے ملیں۔ جب بالکل صاف ہو جائے تو سارے گرم پانی میں کھنگالیں۔ پھر تھوڑے سے صابن کی جیلی کو لگا کر خوب حل کر لیں جس طرح ہم سوتی کپڑے کو بار بار کھنگالتے ہیں تاکہ صابن نکل جائے، اُسی طرح اسے بھی کرنا چاہیئے۔ جب تھوڑا صابن رہ جائے تو بغیر نچوڑے اسے پھیلا دو۔ فلالین کو کبھی گیلا نہ رہنے دو۔ بلکہ جب اچھی طرح سوکھ جائے تو اس پر گیلا سوتی کپڑا رکھ کر استری کر لو۔ اُونی کپڑے پر استری کبھی نہ کرنی چاہیئے۔ استری اس قدر گرم ہو کہ اگر اس پر پانی کا چھینٹا ڈالا جائے تو داغ پڑ جائے ؛

سب سے پہلے کپڑوں کو داغ دھبّوں سے صاف کر لینا چاہیئے۔ گرم کپڑے سے چکنائی وغیرہ دُور کرنے کے لئے پٹرول عمدہ چیز ہے ؛

آج کل جارجٹ کے دوپٹوں کا فیشن بڑھتا جاتا ہے۔ مگر عام شکایت سُنی

جاتی ہے کہ دھوبی کے ہاں دُھل کر دوپٹہ بے حد چھوٹا اور ناقابلِ استعمال ہوجاتا ہے۔ ہم یہاں ایک سہل ترکیب بتاتے ہیں جس سے جارجٹ دُھلنے پر نہیں سُکڑے گی۔ جارجٹ کا کپڑا دوپٹہ۔ساڑھی۔ جیمپر، گھر پر کسی صابن یا ریٹھوں سے دھو کر گیلے کو دو آدمی کس کر چوڑان میں سے پکڑلیں اور تیسرا آدمی اس پر خوب گرم اور صاف کی ہوئی استری اچھی طرح سے کرے۔ اب گیلے کو نہایت احتیاط سے تہ کرلیں۔ بالکل نہیں سُکڑے گا۔

اگر اُونی کوٹ یا کالر وغیرہ پر اتفاق سے چکنائی کا داغ پڑ جائے تو اُس کے لئے پٹرول سب سے بہتر چیز ہے۔ کسی کپڑے پر پٹرول لگا کر اس کو داغ والی جگہ پر خوب زور سے رگڑو۔ شروع میں پٹرول دھبے کے درمیان نہیں بلکہ چاروں طرف لگے گا۔

ریشمی نازک کپڑوں کو ہمیشہ شیر گرم پانی سے صاف کرنا چاہیئے۔ ان کپڑوں کے لئے سن لائٹ، لکس صابن بہت موزوں رہتا ہے۔ دو سیر پانی میں کھانا کھانے کے دو چمچے صابن کافی ہوتا ہے۔ اسے لکڑی سے خوب ہلاؤ حتیٰ کہ اچھی طرح جھاگ اُٹھ آئے۔ دُوسرے برتن میں ضرورت کے مطابق یہ جھاگ ڈالیں اور کپڑے کو آہستہ آہستہ ملیں اور گرم پانی ڈال کر دھوتے جائیں۔ جب مَیل اُتر جائے تو آخری پانی میں تھوڑی سی میتھیلیٹڈ سپرٹ ڈال دیں۔ اس سے کپڑے پر چمک آجاتی ہے۔ اب اگر کپڑا نازک قسم کا ہے تو اس پر گوند پکا کر اس کا کلف لگاؤ اور خشک ہونے پر استری کرلو۔ مگر استری زیادہ گرم نہیں ہونی چاہیئے۔ عمدہ ریشم کو کپڑا رکھ کر استری کرنی چاہیئے۔

اکثر ایسا ہوتا ہے کہ ہم کپڑے کو صاف کرتے کرتے ہلکان ہوجاتے ہیں مگر داغ صاف نہیں ہوتے۔ اس لئے بہتر ہے کہ دھونے سے بیشتر ہم پھٹا پرانا دیکھنے کے بعد داغ دھبوں کی طرف غور کریں تو کپڑے کو صاف کرنے میں خاص آسانی رہیگی۔

اُونی و ریشمی کپڑوں کو حفاظت سے دھونے کی ترکیب

پہلے گرم کپڑے کو بُرش سے صاف کر کے اِس میں بھرا ہوُا سب گرد مٹی اچھی طرح نکال دو۔ پھر اچھے زرد صابن کے چاقو سے ورق اُتار کر یا کدو کش میں رگڑ کر اسے ایک برتن میں جمع کر لو اور اُوپر سے گرم پانی چھوڑ کر کسی لکڑی سے ہلاتے رہو۔ جب وہ سب گل جائے تو اِسے شیر گرم پانی میں ملا لو اور ہاتھوں سے مل مل کر خوب جھاگ اُٹھالو۔ اگر ہو سکے تو اِس صابن میں ایک چمچہ سکریز ایمونیا، نہ ملے تو ایک تولہ پان میں کھانے کا چونہ اور ایک تولہ نوشادر پانی میں گھول کر، چھان کر، ملا دو۔ پھر اس میں کپڑے بھگو دو۔ ان کو ہاتھ سے ملنے کی کوئی ضرورت نہیں۔ جہاں کہیں میل یا چکنائی نمایاں ہو، صرف اس جگہ کو بہ آہستہ کسی سخت بُرش سے رگڑ کر صاف کر دو۔ دس پندرہ منٹ بعد کپڑے کو صابن کے پانی سے نکال کر دونوں ہاتھوں سے دبا کر نچوڑ دو۔ گرم اور ریشمی کپڑوں کو مروڑ کر یعنی بل دے کر کبھی نہ نچوڑنا چاہیئے۔ پھر نمک ملے ہوئے پانی میں ڈال کر ہلکے ہلکے ہاتھوں سے دو تین بار نچوڑ کر صابن اچھی طرح سے نکال دو۔ اگر صاف ہونے میں کچھ کسر رہ گئی ہوگی تو صابن کے پانی میں پھر ۴-۵ منٹ کے لئے بھگو دو اور نمک کے پانی میں خوب دھو کر خشک ہونے کے لئے لٹکا دو۔ جب سب فالتو پانی ٹپک جائے تو اس کی سب سلوٹیں نکال دو اور پھر پھیلا دو۔ خوب اچھی طرح خشک ہو جانے پر استری کر کے سب سلوٹیں اور شکنیں دُور کر کے تہ کر ڈالو۔ فلالین کے کپڑے بھی اسی طرح صاف کئے جا سکتے ہیں۔

مرینہ یا سرج دھونے کا طریقہ

مرینے اور سرج کے کپڑے دھونے کے لئے ٹھنڈے پانی میں صابن کی جھاگ اُٹھانی چاہیئے۔ پھر کپڑے کو بُرش سے اچھی طرح صاف کر لینے کے بعد

امونیا اور صابن ملے ہوئے پانی میں بھگو دو۔ ۱۵-۲۰ منٹ کے بعد اس میں سے نکال کر فوراً ہی شیر گرم پانی میں ڈال دو اور متذکرہ بالا طریق پر اس کا صابن اچھی طرح نکال کر اسے لیموں کا ست یا رس ملے ہوئے پانی میں ایک مرتبہ دھو کر نچوڑ ڈالو۔ اور سوکھنے کے لئے ڈال دو۔ اگر کپڑے پر چکنائی، سیاہی یا کسی رنگ کے داغ لگ گئے ہوں تو انگریزی بلیک ایسڈ ایک برش سے ان دھبوں پر رگڑو۔ یہ سب داغ مٹ جائیں گے۔ اگر یہ ایسڈ نہ مل سکے تو ایک تولہ گندھک کا تیزاب لیکر اس میں ایک تولہ شکر ملالو اور اسے اچھی طرح استعمال میں لاؤ ؛

انتباہ۔ گرم اور بالخصوص فلالین کے کپڑے کو خالی یا ٹھنڈے پانی میں کبھی نہیں دھونا چاہیئے۔ اس سے کپڑا بہت سکڑ کر چھوٹا ہو جائیگا۔ ان پر صابن بھی گھس گھس کر نہ لگانا چاہیئے۔ کیونکہ ایسا کرنے سے ان کا روآں جھڑ جاتا ہے۔ سوڈا لگانے سے رنگ خراب ہو جاتا ہے۔ بہت دیر تک بھیگا بھی نہیں رہنے دینا چاہیئے۔ جلدی سے دھو کر سکھا لینا ہی اچھا ہے۔ ہر ایک کپڑے اور اس کے ہر ایک حصہ کو اچھی طرح خشک کرنا چاہیئے تاکہ اس میں نمی بالکل ہی نہ رہنے پائے۔ نمی رہ جانے سے کپڑا جلدی لگ جائے گا ؛

معلومات اور گھریلو معجزے

اکثر گرہستی اپنی معمولی معمولی لاپرواہیوں سے اچھے سے اچھے صاف اور قیمتی کپڑوں کو خراب کر لیتے ہیں۔ بڑھیا، صاف کپڑے پہن، سر کے بال بنا، بن ٹھن کے گھر سے نکلے۔ پنواڑی کی دوکان سے پان خرید کر جوں ہی لاپرواہی سے منہ میں دیا اور کپڑوں پر پان کی پیک گری کہ تمام مزا کرکرا ہو گیا! سکولوں میں پڑھنے والے لڑکے اور لڑکیاں اپنے کپڑوں پر سیاہی کے چھینٹے

ڈال لیتی ہیں کبھی کبھی تو ماسٹروں کی لاپروائی سے اُن کے کپڑوں پر بھی سیاہی کے داغ ہو جاتے ہیں۔ کہاں تک بتلایا جائے۔ کھانے پینے، اُٹھنے بیٹھنے اور چلنے پھرنے وغیرہ میں ذرا ذراسی لاپروائی کرنے سے اکثر ہمارے کپڑوں پہ داغ لگ جاتے ہیں۔ اور یہ داغ کپڑوں کی زیبائش کو بالکل خراب کر دیتے ہیں۔ اِس لئے کپڑوں کے داغ دھبے صاف کرنے کے کچھ طریقے بتلائے جاتے ہیں جو ہم سب کے لئے ضروری ہیں ۔

چکنائی کے داغ دھبے دُور کرنے کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ پہلے دھبے پر استری گرم کر کے آہستہ آہستہ پھیریں۔ اِس طرح چکنائی کسی قدر پگھل جائیگی۔ پھر رُوئی کی پھریری سے داغ پر ذراسی گلیسرین لگا دیں (یہ تمام دوا فروشوں سے بہت کم قیمت پر مل جاتی ہے)۔ اس کے بعد صاف کھریا مٹی جس کی بتیاں سکولوں میں استعمال ہوتی ہیں، پیس کر چھڑک دیں اور کپڑے کو علیحدہ رکھدیں تین چار گھنٹے کے بعد بُرش سے صاف کریں۔ داغ غائب ہو جائے گا ۔

اگر کپڑا زیادہ قیمتی نہ ہو اور اس بات کا اندیشہ نہ ہو کہ دھونے سے خراب ہو جائے گا تو اس کو صاف کرنے کا آسان طریقہ یہ ہے کہ اچھے صابن کو باریک باریک تراش کر پانی میں اُبال لیں۔ اس کے بعد داغ کو مٹی کے تیل سے دھو کر صابن گھلے ہوئے پانی سے دھولیں اور پھر صاف پانی سے داغ بالکل دُور ہو جائیں گے ۔

سیاہی کے دھبے۔ سیاہی کے داغ دھبوں کو صابن سے صاف کرنے میں سیاہی آس پاس کی جگہ پر پھیل کر کپڑے کو اور بھی خراب کر دیتی ہے۔ اِس لئے سیاہی کو صاف کرنے کے لئے پُرانا سرکہ گرم کر کے کپڑے پر ملیں۔ اور پھر اس جگہ کو پانی سے دھو دیں یا لیموں کے رس میں کپڑا

بھگو کر خشک کرنے کے بعد پانی سے دھو دیں۔ یا پکائے ہوئے چاول یا نمک ملے ہوئے لیموں کے رس سے دھبّہ کو رگڑ رگڑ کر دھو ڈالیں ۔

بلیو بلیک روشنائی کا داغ دُور کرنے کی بہترین ترکیب یہ ہے کہ تھوڑے سے سرکہ میں لیموں کا عرق نچوڑ لیں اور اس میں کپڑے کے اندر داغدار حصّہ کو ڈبو کر آہستہ آہستہ رگڑیں۔ تین چار مرتبہ یہ عمل کرنے سے بلیو بلیک روشنائی کا داغ صاف ہو جائے گا ۔

سُرخ رنگ کی روشنائی کا دھبّہ اس طریقہ سے بالکل صاف نہیں ہوتا اس کے لئے ہائیڈروجن پر اُوکسائیڈ استعمال کرنا چاہیئے۔ داغ کو اس سے تر کر کے ٹھنڈے پانی سے دھو لیں، داغ دُور ہو جائیگا۔ ہائیڈروجن پراوکسائڈ تمام دوا فروشوں سے مل سکتی ہے اور اس کی قیمت بھی کم ہے ۔

ریشمی یا سُوتی کپڑوں سے سیاہی کے داغ دُور کرنے ہوں تو عرق لیموں میں قدرے نمک شامل کریں اور اس کو داغ پر ملیں۔ کپڑا صاف ہو جائے گا۔ اس کے بعد صابن سے دھو ڈالیں تاکہ لیموں کا تیزابی اثر جاتا رہے۔ اُبلے ہوئے چاول ملنے سے بھی دھبّے دُور ہو جاتے ہیں ۔

ریشمی کپڑوں کے داغ اگر ٹھنڈے پانی سے نہ اُترتے ہوں تو سہاگہ ملے ہوئے گرم پانی سے دھو ڈالیں۔ داغ دُور ہو جائیں گے ۔

پان کے دھبّے۔ پان کے دھبّے باریک کی ہوئی پھٹکڑی مل کر دھونے سے یا صابن ملے ہوئے پانی سے دھونے کے بعد گڑ مل کر دھونے سے صاف ہو جاتے ہیں ۔

لوہے کی کھونٹیوں کے داغ۔ برسات میں لوہے کی کھونٹیوں پر جو کپڑے لٹکائے جاتے ہیں، اُن میں اکثر لوہے کے زنگ کے داغ لگ

جاتے ہیں۔ اِن کو دُور کرنے کے لئے لیموں کا رس اور نمک ملا کر رگڑنے سے صاف ہو جاتے ہیں ؂

کیچڑ کے داغ۔ برسات کے موسم میں کیچڑ کے چھینٹوں سے کپڑے پر پڑے ہوئے داغ کچے آلو کاٹ کر آلو کے اندر کے حصہ کو رگڑنے سے صاف ہو جاتے ہیں ؂

جھلسنے کے داغ۔ جھلسنے کے داغ دُور کرنے کے لئے پیاز کا رس نکال کر ملنے سے دُور ہو جاتے ہیں ؂

ایسڈ کے داغ۔ ایسڈ کے داغ نوشادر ملے ہوئے پانی سے دھونے سے دُور ہو جاتے ہیں اور کپڑا صاف نکل آتا ہے ؂

پھلوں کے داغ۔ پھلوں کے داغ ٹھنڈے پانی میں لیموں کے ملے ہوئے رس سے دھونے سے صاف ہو جاتے ہیں ؂

اُونی کپڑوں کے داغ۔ اُونی کپڑوں کے بہت سے دھبے تو تارپین کا تیل رگڑ کر سُکھانے یا ایک گلاس ٹھنڈے پانی میں ایک چمچہ سرکہ ملا کر اِس پانی میں دھونے سے مٹ جاتے ہیں ؂

اُونی کپڑوں کی چکنائی بُرش میں پٹرول لگا کر اچھی طرح رگڑ دینے سے اور پھر دُھوپ میں سکھانے سے دُور ہو جاتی ہے ؂

اُونی کپڑوں پر پڑے ہوئے دھبّوں کو دُور کرنے کیلئے کھولتے ہوئے پانی میں لیموں کا رس ملا کر ایک صاف کپڑے سے رگڑتے ہیں اور پھر دُھوپ میں سکھاتے ہیں پانی میں سُہاگہ ملا کر رگڑنے سے ریشم پر کے دھبّے دُور ہو جاتے ہیں ؂

نہایت کار آمد ترکیبیں!

گوبھی پکاتے وقت تھوڑا سا عرق لیموں یا سرکہ ڈالیئے۔ گوبھی کی ناگوار بُو دُور ہو جائے گی۔

ترکاریاں باسی ہو گئی ہوں تو سرد پانی میں قدرے لیموں ملا کر اِن پر چھڑک دینا چاہیئے، تازہ ہو جائیں گی۔

چقندر پکاتے وقت کسی قدر سوڈیم کاربونیٹ ملا لینے سے چقندر کا رنگ خراب نہیں ہوتا۔ بلکہ وہی رنگ رہتا ہے جو پہلے تھا۔

دُودھ رکھنے والے برتنوں کی یہ احتیاط رکھنی چاہیئے کہ وہ ہفتہ بھر میں ایک مرتبہ نمکین پانی سے ضرور دھو لئے جایا کریں۔ اِس سے بُو نہیں پڑتی۔

اُبلتے ہوئے دُودھ کو ڈھانپ کر نہ رکھنا چاہیئے۔ کیونکہ اس طرح اِس پر ملائی نہیں جمتی۔ بلکہ چھیددار ڈھکنے سے ڈھانپنا چاہیئے۔

ترکاری پکاتے وقت اگر اس میں ایک دو قتلیاں سیب کی ڈال دی جائیں تو بہت لذیذ اور خوش ذائقہ ہو گی۔

مٹر اگر ایک دو دِن کے باسی ہو جائیں تو جس پانی میں اُنہیں بھگوئیں، اُس میں مصری یا بُورا ایک چمچہ کے حساب سے ڈال دیں۔ اِس سے وہ خوش ذائقہ ہو جاتے ہیں۔

اَور مائع اشیاء کے مقابلہ میں دُودھ میں جلد اُبال آجاتا ہے۔ کوئی ایسی چیز پاس رکھ لی جائے جس سے حرارت اعتدال پر آجائے تو بڑا آرام رہتا ہے۔ جیسے پانی یا ٹھنڈی جگہ میں رکھا ہوا بڑا چمچہ۔ کیونکہ اس کے دُودھ میں پڑتے ہی حرارت اِس قدر کم ہو جاتی ہے کہ اُبال بیٹھ جاتا ہے۔ اس کے بعد دیگچی آسانی

سے بلا کسی گھبراہٹ کے نیچے اُتاری جا سکتی ہے ؛

پُرانے آلو جب اُبالنے ہوں تو پانی میں ذرا سی کھانڈ ڈال دیں۔ اچھے اور خوش ذائقہ ہو جاتے ہیں ؛

چاول دیر تک رکھے رہیں تو ان میں جالا پڑ جاتا ہے یا انہیں کیڑا لگ جاتا ہے۔ اس سے بچانے کے لئے من بھر چاولوں میں ایک سیر پسا ہوُا نمک ملا دیں اور برتن کو ڈھانپ کر رکھیں ؛

گرمیوں میں انڈے جلدی خراب ہو جاتے ہوں تو باریک بجھا ہوُا چُونہ چار حصّے میں بیس حصے پانی اور ایک حصہ نمک ملا دیں۔ دو دن کے بعد چُونے کا پانی نتھار لیں۔ اس پانی میں انڈے ڈال دیں۔ کئی دن تک خراب نہ ہونگے۔ جب ضرورت ہو نکال کر کچے استعمال کریں یا اُبال کر کھائیں ؛

سوڈا سلیکیٹ کے قدرے گاڑھے سولیوشن میں رکھنے سے بھی انڈے بہت دیر تک خراب نہیں ہوتے۔ بیس دن تک کا ذاتی تجربہ ہے۔ خیال ہے کہ اگر بالکل تازہ انڈے کو مندرجہ بالا سولیوشن میں رکھا جائے تو ایک ماہ سے بھی زیادہ عرصہ تک خراب نہیں ہو گا ؛

سرکہ میں کپڑا تر کر کے پنیر یا گوشت کے اُوپر اچھی طرح لپیٹ دیں۔ کئی دن تک خراب نہ ہو گا ؛

دُودھ میں مُولی کا چھوٹا سا ٹکڑا ڈال دینے سے دُودھ بہت عرصہ تک میٹھا رہتا ہے اور خراب نہیں ہونے پاتا ؛

اُبلتی ہوئی پیاز میں باسی ڈبل روٹی کا ٹکڑا ڈال دیں۔ پیاز کی بدبُو جاتی رہیگی۔ پنیر سخت ہو جائے تو اُبلتے ہوئے پانی میں آدھ گھنٹہ رکھنے سے ٹھیک ہو جاتا ہے ؛

سفید کاغذ کا ایک ٹکڑا لے کر اس پر مکھن مل دیا جائے اور اس کی بتی بنا کر

جلایا جائے۔ خوشبو نکلے تو سمجھئے کہ مکھن خالص ہے۔ ذرا بھی بدبو آئے تو سمجھ لینا چاہیئے کہ اس میں چربی ملی ہوئی ہے۔

آٹے میں دُودھ ملانے کی ضرورت ہو تو گرم کر کے ڈالیں۔ اس سے آٹے میں گانٹھیں نہ پڑنے پائیں گی۔

دُودھ بلوتے وقت دہی میں ایک انڈے کی زردی ڈال کر بلوئیں۔ مکھن کا رنگ زرد ہو گا اور گائے کا سا مکھن معلوم ہو گا۔

خانگی ٹوٹکے!

اگر مسوڑھوں سے خون جاتا ہو تو میگنیشیا کے دُودھ (ملک آف میگنیشیا) سے دن میں دو تین دفعہ اور آخری مرتبہ رات کو غرغرہ کریں۔

مسوڑھوں کو اچھی طرح انگلی سے ملنا چاہیئے تاکہ وہ پھولنے نہ پائیں۔ اگر ان سے خون نکلے تو پر اوکسائیڈ آف ہائیڈروجن کا ایک چمچہ پانی کے آدھے گلاس میں ملا لیں اور صبح و شام اس کے غرارے کریں۔

اگر مسوڑھے مضبوط بھی ہوں تو بھی اس دوا سے منہ صاف کرنے کی عادت ڈالیں۔

بورک ایسڈ ۵ اگرین۔ ٹنکچر آف مرہ (MYRRH) ۱۵ قطرے۔ آئیل آف لیونڈر ۱۵ قطرے۔ آئیل آف ونٹر گرین ۱۵ قطرے۔ روغن لونگ دس قطرے اس مرکب کا ایک چمچہ گلاس بھرے پانی میں ملا کر غرارے کریں۔

اگر کسی جگہ کانٹا لگ جائے اور نہ نکلے تو وہاں تھوڑا سا گرم ہاتھ میں مل کر باندھ دیں یا گھیکوار (گوار گندل) کا ٹکڑا ایک طرف سے چھیل کر اس پر باندھیں۔ کانٹا خود بخود نکل آئے گا۔

دانت ترش ہو جائیں تو تل اور شکر ملا کر چبانے یا گرم روٹی کے دو تین لقمے کھانے سے ترشی اُتر جاتی ہے ؎

آنکھ میں چُونہ یا سوڈا پڑ جائے تو اسے پانی سے دھو کر دو بوند کیسٹر آئل ڈالدیں ؎

پاؤں دھونے سے پہلے اگر مُنہ دھو لیا جائے تو دماغ کبھی کمزور نہیں ہو گا ؎

۴ یا ۵ ماشہ ہینگ پانی میں گھول کر پلا دینے سے افیم کا زہر اُتر جاتا ہے ؎

اگر ہاتھ جل جائے تو فوراً اس پر انڈے کی سفیدی لیپ کر دیجئے۔ ہرگز آبلہ نہ پڑے گا اور نہ تکلیف باقی رہے گی ؎

ایک رتی ہینگ بھُون کر اس میں ۶ ماشہ لیموں کا عرق ملائیں اور رات کو سوتے وقت استعمال کریں۔ اگر ایک ماہ تک برابر اسے جاری رکھیں تو ہسٹیریا کی شکایت قائم نہیں رہ سکتی ؎

خراب آنکھوں اور بھدّے چہرے کو صاف اور خوبصورت بنانے کی ترکیب یہ ہے کہ صبح سویرے سب سے پہلے ایک گلاس پانی میں لیموں کا رس نچوڑ کر پیا جائے ؎

قہوہ کے چمچہ میں نصف معمولی سُہاگہ شگفتہ (بورک پوڈر) بھر کے ڈالیں چہرہ اس پانی سے دھوئیں۔ جلد صاف اور ہلکی ہو جائے گی ؎

اگر چہرہ کی رنگت میں کچھ دھبّے یا چھیپ معلوم ہوں تو ٹھنڈے پانی میں سپرٹ آف کیمفر چند قطرے ملا کر چہرہ دھوئیں۔ چہرہ کو صاف کرنے کے لئے اس سے بہتر مرکب اب تک دریافت نہیں ہوا ؎

کسی گلاس میں آدھا چمچہ اپسم سالٹس (EPSOM SALTS) ڈال کر گرم پانی بھر دیں اور اُسے حل ہو جانے دیں۔ جب پانی نتھر جائے تو روئی سے چہرہ پر لگائیں۔ اس سے چہرہ میں تازگی اور سفیدی آجائے گی۔ یہ نمک خشکی کرتا ہے۔ اس لئے بعد میں کوئی روغنی کریم ضرور لگائیں ؎

خشک آملہ کا چوُرن باریک پیس کر لیموں کے رس میں ملا کر بالوں پر لیپ کرنے سے بال کالے اور چمکیلے ہو جاتے ہیں ۞

آزمودہ ہُنر

کانسی کے برتن صاف کرنے کے لئے انہیں گرم پانی اور سوڈا سے دھونے کے بعد ایک پیاز کاٹ کر خوب مل دینا چاہیئے اور پھر پیاز کی بدبُو دُور کرنے کے لئے گرم پانی سے دوبارہ دھو کر کپڑے سے صاف کر دیجئے۔ برتن بالکل نئے معلوم ہوں گے ۞

تانبے کے برتنوں پر بڑے بڑے دھبے پڑ جائیں تو لیموں نصف یا چوتھائی کاٹیں۔ بیج نکال کر پھینک دیں اور گودا کو برتن پر خوب رگڑیں بالکل صاف ہو جائے گا ۞

چاندی اور تانبے کے خراب سے خراب دھبے میتھیلیٹڈ سپرٹ سے دُور ہو جاتے ہیں۔ کسی صاف کپڑے کو سپرٹ میں بھگو کر دھبوں پر رگڑیں ۞

چھریوں و چاقوؤں سے دھبے دُور کرنے کا آسان طریقہ یہ ہے کہ بھربھرے پتھر کا باریک چوُرا اور کاربونیٹ آف سوڈا دھونے کے بعد فوراً اور سُوکھنے کے قبل ملیں۔ کسی برتن میں دونوں چیزیں مساوی مقدار میں ملا کے باورچی خانہ میں موجود رکھیں۔ یہ سفوف بڑے کام کی چیز ہے ۞

چاندی کے چمچے اور کانٹے صاف کرنے کے لئے گرم پانی میں تھوڑی سی امونیا ملا کر انہیں ڈال دیں۔ بعد میں ذرا سا سُہاگہ ڈال دیں تو خشک ہونے پر شمپو کپڑے سے رگڑنے سے ان میں خوب جلا آ جاتی ہے ۞

شیشے اور چینی کے برتنوں کو دھونا آسان نہیں ہے۔ کیونکہ یہ ذرا سی

بے احتیاطی سے ٹوٹ جاتے ہیں اور انہیں خریدنے میں دوبارہ زیادہ روپیہ صرف کرنا پڑتا ہے۔ ایسے برتنوں کو صاف کرنے کا ایک بہت اچھا طریقہ ہے وہ یہ کہ ایک ملائم اونی کپڑا میتھیلیٹڈ سپرٹ میں تر کرکے ہر برتن کو اس سے پونچھ دیں۔ برتن بغیر کسی زور آزمائی کے بالکل صاف ہو جائیگا۔ گوشے صاف کرنے کے لئے اونی کپڑے کی بجائے رنگ بھرنے کے برش سے کام لیا جا سکتا ہے۔ مندرجہ بالا عمدہ طریقہ ہے۔ برتن نہایت آسانی سے صاف ہو جاتے ہیں۔ اور چونکہ معمولی طریقہ کے مطابق انہیں رگڑنے اور مانجھنے کی ضرورت نہیں ہوتی، اس لئے ان کے ٹوٹنے کا احتمال نہیں ہوتا ؎

گھروں میں آئینے اکثر میلے ہو جاتے ہیں۔ صفائی کا مندرجہ ذیل طریقہ برتا جائے تو ان میں چمک پیدا ہو کر جان سی پڑ جائے گی ؎

پہلے میتھیلیٹڈ سپرٹ میں ایک دھجی ڈبو کر اس سے آئینہ کو خوب رگڑیں پھر نرم اونی کپڑے سے باریک پسا ہوا نیلا رنگ آئینہ پر پھیر کر صاف کریں ؎

پانی۔ مٹی کا تیل اور میتھیلیٹڈ سپرٹ تینوں کو برابر برابر لے کر ایک بوتل میں محفوظ رکھیں۔ جب کھڑکیاں اور دروازہ کے شیشے اور آئینے وغیرہ صاف کرنے ہوں تو اس سولیوشن کو کپڑے سے ان پر ملو۔ بعد میں دوسرے صاف کپڑے سے صاف کر ڈالو۔ یہ سب سے آسان اور سستا نسخہ ہے ؎

شیشے کے گلاس ذرا سی بے احتیاطی سے ٹوٹ جاتے ہیں۔ زیادہ سرد یا گرم چیز ڈالنے سے بھی یہ گلاس ٹوٹ جاتے ہیں لیکن یہ ذرا سی احتیاط سے دیرپا بنائے جا سکتے ہیں۔ اس کی ترکیب یہ ہے کہ کسی برتن میں ٹھنڈا پانی بھر کر یہ گلاس اس میں رکھ دیں اور انہیں ابالیں۔ اس طرح گلاس پختہ ہو جائینگے ؎

اگر گلاس میں گرم پانی وغیرہ ڈالنے سے پہلے اس میں چمچہ کھڑا کر دیں۔

تو پہلا صدمہ اِس چمچے پر پڑتا ہے اور گلاس نہیں ٹوٹتا ؂

جب دو گلاس ایک دُوسرے کے اندر رکھے ہوں اور جم جائیں تو اُنہیں علیحدہ کرنے کی کوشش کرنا گویا اُنہیں توڑ دینا ہے۔ اُنہیں الگ الگ کرنے کا طریقہ یہ ہے کہ اندر والے گلاس میں ٹھنڈا پانی ڈالو اور ان کو معتدل گرم پانی میں کھڑا کر دو۔ اندر والا گلاس بآسانی باہر نکل آئے گا ؂

وقت پر کام آنے والی باتیں

کرُسیوں کی بید ڈھیلی ہو جائے تو گرم پانی میں صابن ملا کے پہلے اُوپر اور بعد میں پیچھے ملیں اور کھلی ہوا میں سُکھا لیں۔ بید نئی کی طرح تن جائے گی۔ سرد پانی میں سوڈا ڈال کر کرُسی کی سیٹ کو دھو ڈالیں اور دھوپ میں رکھ دیں تو پھر ٹھیک ہو جائے گی ؂

چُونے کی دیوار میں کیلیں ٹھونکنے سے پہلے انہیں گرم پانی کے برتن میں چند منٹ پڑی رہنے دیں۔ اس کے بعد دیوار میں ٹھونکنے سے وہ آسانی سے اندر چلی جائیں گی اور چُونہ تڑخے اور پھٹے گا نہیں ؂

کانچ کو کاغذ کی طرح کسی شکل میں کاٹنا ہو تو ایک تیز قینچی اور کانچ کو پانی کے اندر لے جائیں اور وہاں قینچی سے کانچ کو کاٹیں۔ کانچ اور قینچی کا کوئی بھی حصّہ پانی کے اُوپر ہوا میں نہ رہے ؂

نئے رنگ کئے ہوئے گھر میں رنگ کی بدبُو خوب رہتی ہے۔ چند پیاز لے کر، چیر کر، چند گھنٹے اُن کو رکھنے سے بدبُو چلی جائے گی ؂

تانبے کے گلدانوں میں گلدستے دیر تک تر و تازہ رہتے ہیں۔ معمولی گلدانوں میں اگر تانبے کے پترے یا تار ڈال دیئے جائیں تو ان کا بھی اثر ہوتا ہے ؂

پیاز کی بدبُو دُور کرنے کے لئے ہاتھوں پر نمک مل لیں ؛

کتابوں کو کیڑا لگنے کا ڈر ہو تو پھٹکڑی اور سفید مرچ کو ملا کر اِن کا سفوف کتابوں پر چھڑک دیں۔ خصوصاً مارچ اور اکتوبر میں ؛

دار چکنا ۳ ماشہ۔ پوٹاسیم آیوڈائیڈ ایک تولہ۔ پہلی کو تین سیر پانی میں اور دُوسری کو ایک سیر میں حل کر کے ملالیں اور اِسے چارپائیوں پر چھڑکیں اور چُولوں میں ڈالیں۔ سب کھٹمل مر جائیں گے ؛

نمک کے تیزاب میں جست کے باریک ٹکڑے جس قدر حل ہو سکیں گلائیں جہاں قلعی کا ٹانکا لگانا ہو، اس کو تنکے سے لگا دیں۔ ٹانکا خوب چلے گا ؛

سرکہ میں تھوڑا سا کافور حل کر کے اس میں لیمپ کی نئی بتّی کو ۲۴ گھنٹہ تر رکھیں۔ بعد میں خشک کر کے لیمپ میں چڑھا دیں۔ روشنی تیز اور دھوئیں سے پاک ہوگی ؛

پانی میں تھوڑا سا سُہاگہ اور شورہ ڈال کر ملائیں۔ اب اس میں لیمپ کی چمنی کو ڈبو کر پانی کو اُبالیں۔ پھر ٹھنڈا ہونے پر چمنی کو لیمپ میں لگائیں۔ چمنی مضبوط ہو جائے گی اور جلدی نہیں ٹوٹے گی ؛

اگر چراغ میں پیاز کے چھلکے ڈال دئے جائیں تو پروں والے کیڑے اُس کے نزدیک نہیں آتے ؛

گھر کے اندر والے یا اُن پودوں کو جنہیں روشنی نہیں ملتی، اگر سُہاگہ (بورکس)، ملا پانی دیا جائے تو زیادہ بڑھیں گے۔ ایک لوٹا پانی میں ایک پیسہ بھر سہاگہ کی مقدار کافی ہے ؛

اگر جھاڑن کو استعمال کرنے سے پہلے نمک ملے پانی میں بھگو لیا جائے تو وہ زیادہ پائدار ہو گا ؛

اگر ایک گیلن پانی میں ایک مٹھی بھر سوڈا گھول کر اُس پانی میں کوئلوں کو

بھگو کر سُکھا لیا جائے تو کوئلہ کم جلتا ہے اور اس طرح اس کی بچت ہوتی ہے ٭

صابن کے پانی میں مٹی کا تیل ڈال کر ملنے سے جست کی بالٹیاں اور جست کے دیگر برتن بالکل صاف ہو کر نئے کی مانند چمکنے لگتے ہیں ٭

قیمتی گُر

لکڑی پر سے دھوئیں یا کالکھ کے داغ دُور کرنے کے لئے نوشادر ملا مٹی کا تیل بہت اچھا رہتا ہے ٭

نوشادر ملا ہُؤا پانی بُرش میں لگا کر اُس سے اگر مَیلی چھتری جھاڑی جائے تو وُہ بہت جلد صاف ہو جاتی ہے اور نئی جیسی نظر آنے لگتی ہے ٭

اُونی کپڑے، موزے، گلوبند اور ایسے کپڑے جو ہاتھ سے بُنے گئے ہوں، اُن کو صاف کرنے کے لئے پانی میں تھوڑا نوشادر ملا دینا چاہیئے۔ ایسا کرنے سے پانی کچھ زیادہ چکنا ہو جاتا ہے اور اُس پانی سے دُھلے کپڑے کچھ زیادہ ملائم اور مضبوط ہو جاتے ہیں ٭

جب دھونے کے بعد کپڑوں میں نیل دینا ہو تو بالٹی پیچھے ایک چھٹانک بھر دُودھ پانی میں ملا کر تب اُس میں نیل گھولے اور کام میں لائے۔ ایسا کرنے سے کپڑوں پر نیل کے داغ دھبے نہ پڑیں گے اور ایک سا چڑھے گا۔ اگر پانی میں ذرا سا سوڈا حل کریں تو بھی نیل کے دھبے نہیں پڑیں گے ٭

رنگوں میں سبز رنگ دھونے میں جلد کٹ جاتا ہے۔ چھوٹے کپڑوں کیلئے سوا تولہ پھٹکڑی آدھی بالٹی پانی میں گھول کر کپڑا اس میں ڈال دیں اور کچھ دیر پڑا رہنے دیں۔ بعد میں حسب معمول دھو ڈالیں۔ رنگ نہ اُڑے گا ٭

رنگدار جرابیں یا رُومال دھوتے وقت اگر پانی میں چٹکی بھر نمک ملا لیا

جائے تو اُن کا رنگ خواہ کیسا ہی نازک ہو، خراب نہ ہوگا ۔

ریشمی کپڑے دھوتے وقت تھوڑا سا نمک پانی میں ڈال لینا چاہیے ۔

کپڑے دھونے کے لئے بہترین طریقہ یہ ہے کہ مٹی کے تیل کے ڈھائی کنستر پانی میں پاؤ بھر سہاگہ ملا دیا جائے اور کپڑے رات بھر اس میں بھیگے رکھے جائیں اور صابن بہت کم خرچ ہوگا۔ فلالین، بنیانیں اور لیسیں اگر اس ترکیب سے دھوئی جائیں تو پہلے سے بھی زیادہ خوشنما ہو جاتی ہیں ۔

اگر دس چھٹانک کلف میں ایک چھٹانک چھوٹا چمچہ سہاگہ شامل کر دیا جائے تو استری کرنے پر بہت چمک آجائے گی ۔

جو پیتل کا برتن کچھ دنوں سے کام میں نہ لایا گیا ہو، اُسے استعمال میں لانے سے پہلے ایک بار نمک اور سرکہ سے صاف کر لینا چاہیے ۔

تازہ پھلوں کے داغ عموماً ٹھنڈے پانی سے دھونے سے صاف ہو جاتے ہیں۔ انہیں صابن سے ہرگز نہ دھونا چاہیے۔ ورنہ داغ پکّا ہو جاتا ہے۔ پانی سے دھونے پر اگر داغ نہ مٹے تو پانی میں قدرے لیموں کا رس ملا کر دھونے سے ہٹ جائے گا ۔

کھرے کھوٹے کی پہچان

زعفران ۔ گندھک کے تیزاب میں ڈالتے ہی اگر زعفران کا رنگ کالا ہو کر نیلا ہو جائے تو اصلی سمجھو ورنہ نقلی ۔

چائے ۔ ٹھنڈے پانی میں چائے کی تھوڑی پتیاں ڈال دو۔ اگر چند منٹ میں پانی میں ہلکا رنگ آئے تو اصلی ہے۔ اگر گہرا رنگ آئے تو نقلی ۔

بارھواں باب

صحت اور زندگی کے عملی سبق

درازیٔ عمر کے زرّیں اصول

جو خاندان بیوی بچوں سے بھرا پڑا ہے، جس گھر میں تندرست و توانا بچّے توتلی زبان سے بولتے ہوئے کھیلتے ہیں، جس گھر میں بیمار آدمی کی آہ بھری آواز سُنائی نہیں دیتی ہے، جس گھر میں سُکھ دینے والی صحت کی دیوی براجمان ہے۔۔۔ اُسی گھر کا مالک سُکھ بھوگنے والا کہا جاتا ہے۔

گرہست کے فرائض سرانجام دینا کوئی معمولی بات نہیں ہے۔ اس میں اکثر اوقات کئی تکالیف کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ چھوٹی چھوٹی بیماریاں ذراسی غفلت اور بے پرّائی سے تل کے پہاڑ بنکر سُکھ چین کو ہڑپ کر سکتی ہیں۔ اس لئے ہر ایک گرہستی کو حفظانِ صحت کے اصُولوں پر چلتے ہوئے خوب محتاط رہنا چاہیئے۔

زندہ اور تندرست رہنے کے لئے تازہ ہوا اور روشنی انتہائی اہمیت رکھتی ہیں۔ چند دن تو انسان بغیر کھائے پیئے بھی گذارہ کر سکتا ہے لیکن ہوا اور روشنی کے بغیر ایک لمحہ بھی نہیں جی سکتا۔ پراگندہ ہوا کئی اقسام کی بیماریاں پیدا کر دیتی ہے۔ اس لئے مکانوں میں ایسے کواڑ، کھڑکیاں اور روشندان ضرور ہونے چاہئیں جن سے گھر کی گندی ہوا باہر جا سکے اور کھلی و تازہ ہوا اندر داخل ہو سکے۔ سوتے وقت کمرے کی کھڑکیاں کھول دینی چاہئیں۔ چاہے سردی کا موسم ہو، چہرہ کو نہیں ڈھکنا چاہیئے۔ اندھیری اور بند جگہوں میں رہنے

والے اکثر سر درد کی شکایت میں مبتلا رہتے ہیں ۔

جو گرہستھی تندرست، مسرور و شاداں نیز چست اور پھرتیلا رہنا چاہتے ہیں، اُنہیں مضر صحت چیزیں ہرگز نہیں کھانی چاہئیں، خواہ وُہ چیزیں حد درجہ خوش ذائقہ اور چٹپٹی ہوں۔ کتنے تعجب کی بات ہے کہ جو چیزیں مضر صحت ہیں، اُنہی سے پرہیز کرنا مشکل ہو جاتا ہے اور لذیذ ترین چیز ہی بعض اوقات صحت کو تباہ کر ڈالتی ہے ۔

تندرستی کی خواہش رکھنے والے ہر گرہستھی کو چاہیئے کہ وہ اعتدال کے ساتھ اور مقررہ اوقات پر کھانا کھائے۔ رات کو سونے سے دو گھنٹے قبل کچھ بھی نہیں کھانا چاہیئے ۔

جس طرح تندرستی اُس آدمی کو ڈھونڈتی ہے جو پیٹ خالی ہونے پر ہی کھانا کھاتا ہے، ٹھیک اسی طرح بیماری اُس کو ڈھونڈتی پھرتی ہے جو حد سے زیادہ کھاتا ہے ۔

لباس کے معاملہ میں فیشن کو مقدم نہیں رکھنا چاہیئے بلکہ صحت کو۔ بہت تنگ اور چست کپڑے صحت کے منافی ہیں۔ سفید اور ہلکے پھلکے صوفیانہ رنگ کے کپڑے صحت کے لئے بھڑکیلے اور گہرے رنگوں کے کپڑوں سے زیادہ بہتر ثابت ہو سکتے ہیں۔ بنیان اور انڈر ویئر کو ہمیشہ صاف ستھرا رکھنا چاہیئے ۔

تندرست رہنے کے لئے علی الصباح اُٹھنا چاہیئے اور علی الصباح اُٹھنے کے لئے ضروری ہے کہ رات کو دیر سے نہ سویا جائے ۔

سوبھاؤ کا تندرستی پر گہرا اثر پڑتا ہے۔ حسد، چنتا اور غصہ سے اچھے سے اچھا ہاضمہ بھی بگڑ جاتا ہے۔ لہٰذا اس طرح معمولی معمولی باتوں پر غم و آلام سے اپنے کو محصور کر لینا گویا اپنی عمر کو گھٹانا ہے۔ لہٰذا کبھی مایوس نہیں ہونا چاہیئے بلکہ اس

نظریہ سے ہمیشہ دِل کو تسکین دینی چاہیئے کہ ہر دُکھ کے بعد سُکھ کا آنا عین قدرتی بات ہے۔ فضول چنتاؤں کو دُور بھگا کر ہنس مُکھ بننے کی کوشش کرنی چاہیئے۔ ہنسنے سے جسم کا خُون گرم رہتا ہے۔ جبڑے مضبوط ہوتے ہیں۔ ہنسی غذا کو خوب ہضم کرتی اور اُس کو جُزوِ بدن بناتی ہے ؎

ہر صبح جسم کو دھو کر نہایت اچھی طرح صاف کر لینا صحت کا نہایت اہم اور ضروری ذریعہ ہے۔ دُنیا میں سرد غسل سے بڑھ کر اَور کوئی چیز مقوّی مفرح اور تازگی بخش نہیں ہے۔ طبیعت صاف نہ ہو تو ٹھنڈے پانی سے نہیں نہانا چاہیئے ورنہ بخار و زکام ہو جانے کا ڈر ہے۔ بہت زیادہ گرم پانی سے نہانا آنکھوں کے لئے مُضر ہے ؎

صبح اُٹھ کر سیر کی جائے تو ایک میل میں ۲۲۶۳ ڈگ بھرے جائینگے۔ دونوں ہاتھ بھی لگ بھگ اتنی ہی بار جھولیں گے۔ اس طرح ایک میل چلنے پر ہاتھ پاؤں کو ۵۲۶۴ بار حرکت ہوگی۔ ایک گھنٹے میں اگر تین میل کا چکّر لگایا جائے تو اچھی خاصی ورزش ہو جائیگی۔ علاوہ ازیں اس ایک گھنٹے میں ۱۸۴۰۰ مکعب اِنچ تازہ ہوا کی بہت زیادہ مقدار جسم میں داخل ہو جائے گی اور جسم سے غلیظ اور گندے مادے خارج ہونے پر مجبور ہو جائیں گے۔ گرمی کے موسم میں سبز گھاس پر ننگے پاؤں صبح کے وقت سیر کرنا بینائی اور دماغ کے لئے مُفید ہے ؎

ہاضمہ درست کرنے کے لئے کبھی کبھی ایک وقت کا فاقہ کرنا چاہیئے۔ فاقہ کے بعد معدہ اچھے کھانوں کو فوراً قبول کرتا ہے اور قوّتِ ہاضمہ بہتر ہو جانے کی وجہ سے یہ کھانا جلد ہی ہضم ہو کر جزوِ بدن بن جاتا ہے۔ نیز اس کھانے سے صالح اور لال خون پیدا ہوتا ہے ؎

کھانا کھاتے وقت پانی پینا اچھا نہیں۔ کیونکہ اِس طرح چبانے کا موقعہ نہیں

ہلنا اور اجزاء ہضم پانی میں حل کر پتلے ہو جاتے ہیں۔ نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ قوّتِ ہاضمہ کمزور ہو جاتی ہے۔ کھانے کے وقت پانی پینا چھوڑ دیا جائے اور کھانے کے ایک دو گھنٹہ بعد سے لے کر اگلے ناشتہ کے نصف گھنٹہ پہلے تک ½ اسیر یا اس سے زیادہ پانی پینے کی عادت ڈالی جائے تو ایک مہینے میں جسم میں حیرت انگیز تبدیلی دکھائی دے سکتی ہے ؎

علی الصباح طلوعِ آفتاب سے پہلے نصف سیر صاف باسی پینے سے بادی اور گرمی کی بیماریاں دُور ہو جاتی ہیں۔ معدہ اور جگر کو بہت طاقت حاصل ہوتی ہے۔ پاخانہ کھُل کر آتا ہے اور قبض نہیں ہونے پاتی ؎

جہاں تک ہو سکے آنکھوں کو گرد و غبار سے بچانا چاہیئے۔ لیٹ کر، جھک کر یا کتاب آنکھوں کے بہت قریب لا کر نہیں پڑھنا چاہیئے۔ لیمپ کو سامنے نہیں بلکہ دائیں ہاتھ رکھنا چاہیئے۔ آنکھیں دُکھتی ہوں تو کبھی گندے پانی، گندی رُوئی یا گندے کپڑے سے نہیں پونچھنا چاہیئے۔ دُھندلی روشنی میں سینے پرونے اور لکھنے پڑھنے کا کام نہیں کرنا چاہیئے ؎

روز صبح ایک بڑے برتن میں صاف پانی رکھ کر اس کے اندر چند مرتبہ آنکھیں کھولیں اور بند کریں تو بینائی تیز ہو جاتی ہے اور آنکھیں بہت سی بیماریوں سے نجات پا سکتی ہیں ؎

یہ خیال غلط ہے کہ زکام سردی سے ہوتا ہے، البتہ سردی میں زور پکڑ جاتا ہے۔ زکام دراصل آکسیجن ہوا کی کمی سے، پیٹ کی خرابی اور انتڑیوں کی کمزوری و سُستی سے، ضرورت سے زیادہ کھانے یا ثقیل و بادی چیزیں کھانے سے ہوتا ہے۔ یاد رہے کہ زکام میں جماع کرنا اپنی موت کو بلانا ہے۔ ہزاروں نوجوانوں کو اس طرح تپ دق ہو جاتا ہے ؎

امراض کا قدرتی علاج

اب میں ناظرین کے سامنے چند ایسے قدرتی اصول اور طریقے بیان کرونگا، جن کی واقفیت حاصل ہو جانے پر آپ بہت دنوں تک بیماریوں سے محفوظ رہ سکیں گے۔ روپیہ بے فائدہ خرچ نہ ہوگا۔ نہ کڑوی اور زہریلی دوائیوں کے استعمال سے پیٹ بھرنا پڑیگا۔ بغیر اپریشن سبھی بیماریاں دُور ہونگی۔ انجیکشن یعنی ٹیکہ کی ضرورت بھی نہ رہے گی۔ یہ طریقے ایسے آسان سستے اور اچھے ہیں کہ گھر بیٹھے ہر ایک آدمی بغیر کسی قسم کے شک وشبہ کے کام میں لا سکتا ہے۔

بخار ہو جانے یا بخار آنے کے آثار دکھائی دینے پر جس نتھنے سے سانس زور سے چلتی ہو، اُسے صاف رُوئی یا کپڑے کی ڈاٹ سے بند کرو اور جب تک بخار اُتر کر جسم تندرست نہ ہو جائے، اُسے برابر بند رکھ کر دُوسرے سے سانس لیتے رہو۔ اس سے دس یا پندرہ روز تک تکلیف دینے والا بخار پانچ سات دن میں دُور ہو جائے گا۔ اور معمولی بخار تو فوراً ہی دُور ہو گا۔ بخار کے وقت چاندی جیسی سفید چیزوں کا دھیان کرنے سے بھی فائدہ ہوتا ہے۔

سر درد۔ دونوں ہاتھوں کی کُہنیوں پر کپڑے کی پٹی یا ملائم رسّی کس کر باندھ دو۔ دس پانچ ہی منٹ میں درد دُور ہو جائیگا۔ کہنیوں کو اتنا کس کر باندھنا چاہیئے کہ بیمار کو درد سا معلوم پڑے۔ درد مٹ جانے پر پٹی کھول دینا چاہیئے۔ اگر درد آدھے سر کا ہو تو جس طرف زیادہ درد ہو، اُس طرف کی کہنی کو مذکورہ بالا طریق سے کس کر باندھ کر اُسی طرف کے نتھنے کو کپڑے یا رُوئی کی ڈاٹ بنا کر بند کر دینا چاہیئے۔

بدہضمی۔ روٹی، پانی، مٹھائی وغیرہ جو کچھ بھی کھانا پینا ہو، وہ جب

داہنے نتھنے سے سانس چلتی ہو تبھی کھانا پینا چاہیئے۔ ہر روز اِس قاعدہ سے کھانے سے بڑی آسانی سے کھائی ہوئی چیز ہضم ہو جاتی ہے اور بدہضمی کی بیماری کبھی نہیں ہونے پاتی۔ کھانے کے بعد کچھ دیر بائیں کروٹ لیٹنے سے یہ بیماری یقیناً ہٹ جاتی ہے۔ جنہیں وقت کم ہو، اُنہیں بھی ایسی ترکیب کرنی چاہیئے۔ جس سے کھانے کے بعد دس یا پندرہ منٹ تک دائیں نتھنے سے سانس چلتی رہے۔

اتفاقیہ درد۔ چھاتی، پیٹھ، پسلی یا جسم کے کسی دُوسرے حصّے میں اِتفاقیہ درد ہونے لگے تو اُس وقت جس نتھنے سے سانس چلتی ہو، اُسے بند کر کے دُوسرے سے سانس لینا چاہیئے۔ دو چار منٹ ہی میں درد دُور ہو جائے گا۔

دمہ۔ جب دم چڑھے یا سانس پھُولنے لگے، اُس وقت جس نتھنے سے سانس چلتی ہو، اُسے بند کر کے دُوسرے سے لو۔ پندرہ منٹ میں ہی سانس کا پھُولنا بند ہو جائیگا۔ ہر روز ایسا کرنے سے ایک ہفتہ میں بیماری دُور ہو جائے گی۔ دن میں جتنی مرتبہ یہ عمل کیا جا سکے، اُتنا ہی جلدی آرام ہوگا۔

وات یا بادی ہر روز کھانے کے بعد سر پر لکڑی یا سینگ کی کنگھی اِس طرح چلاؤ کہ اُس کے دانت سر میں لگتے رہیں۔ اِس کے بعد دونوں پاؤں پیچھے کو موڑ کر اُن پر پندرہ منٹ بیٹھو۔ دونوں وقت اسی طرح کرنے سے کتنی ہی پُرانی بادی کیوں نہ ہو، ضرور دُور ہو گی۔ تندرست آدمی کو بھی یہ مشق مفید ہے۔

امراضِ چشم۔ ہر روز بستر سے اُٹھتے ہی مُنہ کو پانی سے بھر لو اور دُوسرے پانی سے بیس بار آنکھوں کو چھینٹا دو۔ پانی ٹھنڈا ہونا چاہیئے۔ اسی



ایک اچھی ماں ہزار معلّموں سے بہتر ہے

عورت



اک روحِ لطافت ہے
اک جانِ صباحت ہے
اک کانِ ملاحت ہے
عورت جسے کہتے ہیں

اک شمع فروزاں ہے
زینت دہ امکاں ہے
گلدستۂ ایماں ہے
عورت جسے کہتے ہیں

سرمایۂ ہستی ہے
سرچشمۂ مستی ہے
ارمانوں کی بستی ہے
عورت جسے کہتے ہیں

اک رازِ محبت ہے
رنگینئ فطرت ہے
آئینہ قدرت ہے
عورت جسے کہتے ہیں

ایثار کی مورت ہے
اک موہنی صورت ہے
انوارِ حقیقت ہے
عورت جسے کہتے ہیں

اک رنگِ تمنا ہے
اک حسن کی دنیا ہے
اک دردِ سراپا ہے
عورت جسے کہتے ہیں.

روشن



اہل نظر کی رائے میں دُنیا ہے ایک باغ
اور اس حسین باغ کی عورت بہار ہے
بنتی ہے اس کی گود میں قوموں کی زندگی
وُہ نقدِ عقل و ہوش کی سرمایہ دار ہے
اس کو اگر عبور ہے مذہب کے علم پر
پھر کون اس کی شان کا اور بختیار ہے
بچّوں کو وُہ سکھاتی ہے اطوار بہتریں
شوہر کے گرم و سرد میں وُہ حصّہ دار ہے
صبر و سکوں سے کرتی ہے وُہ زندگی بسر
صد شکر ہر اِک فعل میں اس کا شعار ہے
عفت ہے اس کی نظروں میں ہر شے سے قیمتی
ہر ایک نیک کام سے اس کو پیار ہے
کرتی ہے پورے شوق سے بچّوں کی پرورش
ہر فرد خاندان کی خدمت گذار ہے
اور ہے اگر وُہ دُشمنِ شرم و حیا ضیاؔ
تو پھر مری نگاہ میں وُہ نقشِ عار ہے



۲۔ مسرور اور خوبصورت رہنا بھی خوبصورتی کے لئے ضروری ہے۔ اپنے شوہر یا بزرگوں کے سامنے خوبصورت دکھائی دینے کے لئے چہرے بشرے سے پژمردگی اور ملال دور کرنا ضروری ہے۔ ایک چڑچڑے مزاج کی عورت، تیوری پر بل ڈالنے والی عورت بہت جلد اپنے چہرے پر جھریاں پیدا کرلیتی ہے۔

طرح روزانہ کھانا کھانے کے بعد مُنہ دھوتے وقت کم سے کم سات بار آنکھوں پر چھینٹا لگانا چاہیئے۔ جتنی بار مُنہ میں پانی لو، اُتنی بار آنکھوں کو دھونا نہ بھُولو۔ ہر روز تیل کی مالش کرو۔ مالش کرتے وقت پاؤں کے انگوٹھوں کے ناخنوں کو تیل میں ڈبو دینا چاہیئے۔ ایسا کرنے سے نظر تیز ہو جاتی ہے ؛

دائمی قبض۔ جنہیں پاخانہ کھُل کر نہ آتا ہو، اُنہیں علی الصُباح سُورج نکلنے سے پہلے کنوئیں کا آدھ سیر باسی پانی ناک کے نتھنوں کو انگلیوں سے بند کرکے پینا چاہیئے۔ اس کے بعد کچھ دیر تک بستر پر بائیں کروٹ لیٹ جانا چاہیئے اس عمل کو متواتر جاری رکھنے سے بواسیر، دائمی قبض، زکام، گلے کی خرابی وغیرہ شکایتیں ہمیشہ دُور ہو جاتی ہیں ؛

امراض دانت۔ پائیوریا کی شکایت کو رفع کرنے، مسوڑھوں کو مضبوط کرنے اور دانتوں کی طاقت بڑھانے کے لئے مندرجہ ذیل ترکیب بہت مفید ثابت ہوگی۔ مسوڑھوں کو انگوٹھے اور اُس کے ساتھ والی انگلی سے دبایئے۔ پچھلی داڑھ کے مسُوڑھے سے شروع کرکے تمام مسوڑھوں کو دبایئے اور ساتھ ہی ساتھ انگوٹھے اور اُس کے پاس والی انگلی سے مسوڑھوں کو رگڑتے بھی رہیئے۔ یہ عمل ہر دانت کے مسوڑھے کے ہر حصہ پر کرنا چاہیئے۔ کم سے کم دو سے پانچ منٹ تک ضرور خرچ کرنے چاہئیں۔ یہ عمل بلاناغہ ہونا چاہیئے۔ یہ عمل کرنے سے پہلے اور بعد نارنگی کا رس، نمک کا پانی یا لیموں کے رس کی چند بُوندیں ملے ہوئے پانی سے اچھی طرح مُنہ صاف کر لینا چاہیئے۔ مسوڑھوں کو سخت کرنے کا یہ طریقہ آزمودہ ہے ؛

وندِ دانت۔ روز جتنی مرتبہ ٹٹی جاؤ، دانتوں کو زور سے دبائے رہو۔ ایسا کرنے سے دانت مضبوط ہوتے رہتے ہیں ؛

اگر **فواق** یعنی **ہچکی** کا عارضہ پیدا ہو تو کسی بات کا فکر کرنے سے فی الفور دُور ہو سکتا ہے۔ مثلاً چودہ پندرہ سال کے لڑکے یا لڑکی کو ہچکی لگ جائے تو اُسے حیرت کی نگاہ سے دیکھ کر کہو کہ تم تو بڑے شریف تھے مگر فلاں شخص کہتا ہے کہ تم نے اُس کی کتاب چرائی ہے"۔ وہ لڑکا فوراً فکر کرنے لگے گا اور چند ہی منٹ میں اُس کی ہچکی جاتی رہے گی۔

جب زلزلہ آرہا ہو، اُس وقت جس شخص کو داڑھ کا درد کبھی کبھی ہوا کرتا ہے وہ آدمی زمین پر لیٹ کر دانتوں سے زمین پکڑ لے (چک لگائے) اور جتنا عرصہ زلزلہ (بھونچال) آتا رہے اتنی دیر زمین پکڑے رہے تو عمر بھر اُس کو کسی دانت یا داڑھ میں کیڑا نہ لگے گا نہ اور کسی وجہ سے درد پیدا ہو گا!

اگر کسی شخص کا **پیشاب بند** ہو جائے تو ایک مٹکا یا گھڑا مٹی کا لیکر اس میں کسی آہنی میخ یا برما سے پندرہ بیس سوراخ کرو اور اس کی گردن میں رسّی باندھ کر کسی درخت سے لٹکا دو۔ زمین سے دو گز اونچا وہ برتن لٹکایا جائے۔ مریض کو حکم دو کہ اس گھڑے کی طرف غور سے دیکھتا رہے اور ایک آدمی مشک یا کسی دیگر چیز سے اِس میں پانی ڈالتا رہے۔ چند منٹ کے اندر ہی مریض کا پیشاب کھل جائے گا۔

لکنت کا مریض (ہکلا کر بولنے والا) اگر بیس دن رات لگاتار خاموش رہے، کسی اشد ضرورت کے وقت بھی نہ بولے تو اس کا توتلا پن یعنی لکنت کا مرض دُور ہو جائے گا۔

دردِ زہ کے وقت جبکہ عورت کو بچہ کسی دوا سے پیدا نہ ہوتا ہو اور درد کی شدّت سے نہایت لاچار ہو تو وہ اپنے دائیں پاؤں کا انگوٹھا چوسے انگوٹھا چوستے ہی چند منٹ کے اندر آسانی سے بچہ پیدا ہو گا۔

اتفاقی حادثے اور اُن کا علاج

۱- حلق میں کوئی چیز پھنس جانا۔ کبھی کبھی کھانا کھاتے ہوئے لقمہ یا کوئی چیز اس طرح حلق میں پھنس جاتی ہے کہ تنفس میں سخت دشواری محسوس ہوتی ہے اور دم گھٹنے لگتا ہے۔ ایسی حالت میں گھبرانے کی بجائے سر نیچے جھکا دیں اور انگلی سے اس چیز کو باہر نکالنے کی کوشش کریں جو حلق کے اندر پھنس گئی ہے۔ اگر اس طرح حلق صاف نہ ہو تو ہتھیلیوں اور پیروں کے پنجوں کے بل چل کر زور زور سے کھانسیں پھنسی ہوئی چیز باہر نکل جائے گی۔ بچوں کے حلق میں اگر کوئی چیز اٹک جائے تو اسے نکالنے کا آسان طریقہ یہ ہے کہ بچے کو اپنے زانوؤں پر اس طرح اوندھا لٹائیں کہ سر نیچے کی جانب جھکا رہے اور اس کی پیٹھ پر کسی قدر قوت کے ساتھ تھپکیاں دیں ؛

۲- آنکھوں میں گرد و غبار۔ آنکھ میں جو گرد و غبار کے ذرے داخل ہو جاتے ہیں، وہ بالعموم ڈھیلے کی سطح پر ہوتے ہیں یا پپوٹوں کے نیچے۔ انہیں نکالنے کے لئے آنکھیں ملنا سخت مضر ہے۔ کیونکہ اس طرح ذرہ کی رگڑ سے آنکھ کی نازک ساختوں کو بھی نقصان پہنچتا ہے اور اس بات کا بھی اندیشہ رہتا ہے کہ ذرہ کہیں ڈھیلے کے نیچے نہ اتر جائے۔ اس تکلیف کو رفع کرنے کا ایک آسان طریقہ یہ ہے کہ کاغذ کی پتلی سی بتی بنا کر ناک میں داخل کریں اور دونوں آنکھیں مضبوطی سے بند کر کے زور زور سے چھینکنا شروع کریں۔ گرد و غبار کا ذرہ اگر غشائے مخاطی سے پیوست نہ ہو گیا ہو تو بآسانی نکل جائے گا۔ صاف پانی سے لبریز گلاس میں آنکھ ڈبو کر اسے بار بار پانی کے اندر کھولنا اور بند کرنا بھی اچھا طریقہ ہے۔ اگر پانی نہ مل

سکے تو بالائی پپوٹے کو باہر کی جانب کھینچ کر آنکھ سے جُدا کریں اور دُوسرے ہاتھ کی انگلی سے اُوپر سے نیچے کی جانب کسی قدر قوّت سے سہلائیں ❊

۳- آنکھ میں چُونا۔ بعض اوقات آنکھ میں چُونا یا کوئی کاسٹک پڑ جانے سے سخت سوزش ہوتی ہے۔ یہ شکایت رفع کرنے کے لئے سادہ پانی سے آنکھ دھونا مناسب نہیں۔ صحیح طریقہ یہ ہے کہ صاف پانی میں کسی قدر سرکہ یا لیموں کا رس شامل کر کے آنکھ صاف کریں۔ شکر کا محلول بھی چُونے کا اثر زائل کرنے کے لئے مُفید ہے ❊

۴- کان میں کیڑا۔ کان میں کوئی چیز یا کسی کیڑے مکوڑے کے داخل ہو جانے سے بہت تکلیف ہوتی ہے۔ کبھی کبھی ایسا بھی ہوتا ہے کہ مکّھی کان کے اندر گھُس کر انڈے دیتی ہے اور جب بچّے نکلتے ہیں تو اس کی تکلیف انسان کے لئے ناقابلِ برداشت حد تک پہنچ جاتی ہے۔ عام حالات میں کان کو گنگنے پانی سے پچکاری کے ذریعہ دھونا شکایت رفع کرنے کے لئے کافی ہوتا ہے۔ پانی کان میں کسی قدر قوّت کے ساتھ داخل کرنا چاہیئے۔ کوئی کیڑا گھُس گیا ہو تو مُرغی یا کبوتر کے پَر یا رُوئی کی پھریری میں گلیسرین لتھیڑ کر کان کے اندر پھیرنا مُفید ہے۔ اگر اِس طرح کامیابی نہ ہو تو بہت باریک تار یا گھوڑے کے بال کا حلقہ بنا کر کیڑا نکالا جا سکتا ہے ❊

۵- ناک میں کچھ گھُس جائے۔ اگر ناک میں کوئی چیز داخل ہو جائے تو گھبراہٹ میں کوئی ایسی حرکت نہیں کرنی چاہیئے جس سے وُہ چیز اَور اُوپر کی جانب چڑھ جائے۔ اسے نکالنے کا آسان طریقہ یہ ہے کہ مُنہ اور محفوظ نتھنے کو مضبوطی سے بند کر لیں اور جس نتھنے میں کوئی چیز داخل ہو گئی ہے اُس سے پُوری قوّت کے ساتھ سانس بار بار خارج کریں ❊

اگر ناک میں کوئی ایسی چیز داخل ہو گئی ہو جو حل ہو جانے والی ہو تو اس کے لیئے ناک کو پچکاری کے ذریعہ سے دھوئیں یا محفوظ نتھنے سے پانی اُوپر کو چڑھائیں اور پھر اسے بند کر کے اُس نتھنے سے خارج کریں جس میں وہ چیز موجود ہے ؎

۶۔ **کپڑوں میں آگ لگ جانے کے حادثات**۔ اگر خدانخواستہ کپڑوں میں آگ لگ جائے تو گھبرانے کی بالکل ضرورت نہیں ہے۔ اس حادثہ کے رونما ہونے پر اضطرابی حالت میں بھاگنے سے زیادہ نقصان پہنچ جانے کا اندیشہ رہتا ہے۔ کیونکہ اس طرح جب کوئی شخص بھاگتا ہے تو ہوا لگنے سے آگ کے شعلے اُور بھی بھڑک اُٹھتے ہیں۔ صحیح طریقہ یہ ہے کہ جس شخص کے کپڑوں میں آگ لگ جائے، اُسے بھاگنے کا موقعہ دینے کی بجائے فوراً زمین پر گرا دیں اور اُوپر سے دری، قالین، کمبل یا شال ڈال کر اس میں لپیٹ دیں۔ اِس طرح آگ جب آکسیجن حاصل کرنے سے محروم ہو جائے تو وہ فوراً بجھ جاتی ہے ؎

اگر جسم کا کوئی حصّہ جل جائے تو جب تک طبی امداد حاصل نہ ہو سکے جلے ہوئے حصہ کو بار بار کنکنے پانی کی دھار دیں اور اس کی پٹی باندھیں چُونے کا پانی اور السی کا تیل برابر مقدار میں ملا کر لگانا بھی مُفید ہے۔ اِن دونوں طریقوں سے مریض کو جلد سکون ہو جاتا ہے۔ جسم زیادہ جل گیا ہو تو نصف اونس وسیلین میں کاربالک ایسڈ کی پانچ بُوندیں ملا کر باریک کپڑے پہ لگائیں اور جلے ہوئے حصوں پر رکھ دیں ؎

۷۔ **زہر خوانی**۔ زہر خوانی کے حادثات میں مریض کو سب سے پہلے قے کرانا چاہیئے۔ اس مقصد کے لیئے مریض کو گرم پانی کے ایک گلاس میں چمچہ بھر

پسی ہوئی رائی یا پھٹکڑی کا سفوف پلانا مفید ہے۔ اگر یہ دونوں چیزیں بروقت دستیاب نہ ہو سکیں تو مریض کو چمچہ بھر نمک گرم پانی ملا کر پلائیں۔ سادہ گرم پانی بھی زیادہ مقدار میں پلا دینے سے قے ہو جاتی ہے۔ ایک مشہور ڈاکٹر نے مختلف زہروں کے لئے حسب ذیل عام تریاق تجویز کیا ہے

سلفیٹ آف آئرن	دو اونس
کیلسائیڈ (پھونکی ہوئی) میگنیشیا	دو اونس
ہڈی کا دھلا ہوا کوئلہ	ایک اونس

ایک بوتل میں لوہے کا سولیوشن رکھیں اور دوسرے میں میگنیشیا اور کوئلہ بوقت ضرورت انہیں ایک پائنٹ (½ گیلن) پانی میں ملا کر تین سے چھ چائے کے چمچوں تک مریض کو پلائیں ؛

طبی چٹکلے

لہسن کی ایک پوتھی پاؤ بھر دودھ میں ملا کر پینے سے سانپ کا زہر زائل ہو جاتا ہے ؛

چونے کا پانی اور السی کا تیل ملا کر لگانے سے جلی ہوئی جگہ پر ٹھنڈک پڑ جاتی ہے اور آرام ہو جاتا ہے ؛

ایک پاؤ دودھ میں ۴ رتی سونٹھ پیس کر ملانے اور پینے سے ہچکی بند ہو جاتی ہے ؛

ست پودینہ اور صابن پانی میں حل کر کے غسل کریں۔ اس سے جوں پیدا نہیں ہوتی ؛

چائے کا پانی زیادہ نہ پکایا کریں۔ صرف ایک جوش پر اتار لیا کریں۔

چائے نہایت مزے دار ہوگی ؛
انڈہ چونے کے پانی میں رکھنے سے دیر تک گندہ نہیں ہوتا ؛

حکمت کے موتی

ٹھنڈا پانی پینے سے کیسا ہی بڑھا ہوا غصّہ ہو، اس میں سکون پیدا ہو جاتا ہے ؛

آدھے سر کا درد بادام روغن ناک میں ٹپکانے سے جاتا رہتا ہے ؛

لہسن کا عرق ناک کے نتھنوں میں ٹپکانے یا گرم جلیبیاں نہار منہ کھانے سے آدھے سر کا درد جاتا رہتا ہے ؛

گائے کا دودھ ایک پاؤ میں لیموں کا عرق ڈال کر پئیں۔ دو تین مرتبہ پینے سے بواسیر کا خون بند ہو جائے گا ؛

شہد کی مقدار سے نصف سہاگہ لے کر اور ملا کر لگانے سے پھٹے ہوئے ہونٹوں کو آرام ہو جاتا ہے ؛

زیادہ گرم غذا کھانے سے یا گرم دودھ یا چائے سے بصارت کمزور ہو جاتی ہے ؛

اگر کسی کو ناگہانی غش آجائے تو اسے پیٹھ کے بل فرش پر لٹانے سے جلد ہوش آجاتا ہے ؛

جس کسی کو نیند نہ آتی ہو یا کم آتی ہو تو سونے سے قبل پاؤں دھو لیا کریں اور روغن خشخاش تالو پر ملیں، نیند آجائے گی ؛

گھریلو دوائیاں

ہاتھ پاؤں کی جلن۔ شام کے وقت تخم بالنگو ۶ ماشہ ایک پاؤ دودھ

میں بھگو دیں اور سوتے وقت قدرے سرد پانی ڈال کر دو تولہ مصری ملا کر پی لیں۔ دن کو اجوائن دیسی عرق گلاب میں خوب گھوٹ کر مثل مہندی پاؤں کے تلوؤں پر لیپ کریں۔ سوکھنے پر اُتار دیں ؎

قبض کی شکایت رہتی ہو تو ہلیلہ خورد (چھوٹی ہرڑ) کو گھی میں بھون کر حسب ضرورت نمک سیاہ کا اضافہ کریں۔ رات کو دو تین ماشے پھانک کر اُوپر سے ڈیڑھ پاؤ گرم دُودھ نوش کریں۔ صبح دست کھُل کر آئے گا ؎

بلغمی کھانسی ربّ السُوس اور ملٹھی چوستے رہنے سے دُور ہو جاتی ہے ؎

پیشاب کی جلن اور سوزش گرمی صبح نہار مُنہ شربت بزوری عمدہ پینے سے دُور ہو جاتی ہے ؎

بچّہ کی زبان پر چھالے پڑ گئے ہوں یا سُرخ دانے نکل آئے ہوں تو سُہاگہ بریاں شہد میں ملا کر چٹائیں ؎

چند مُفید ہدایات

(۱) جب بصارت میں کمزوری واقع ہو، رسونت زرد یا ہلدی ایک حصّہ۔ سُرمہ سیاہ تین حصّہ باریک پیس کر آنکھ میں لگائیں۔ (۲) اگر نزلہ جلد جلد ہوتا ہو تو شربت خشخاش ایک ایک تولہ صبح و شام نوش کریں یا گیہوں کی بھوسی ایک تولہ پاؤ بھر پانی میں جوش دیکر ایک تولہ مصری ملا کر صبح و شام پئیں (۳) دل کی کمزوری کی شکایت ہو تو شربت سیب ایک تولہ صبح و ایک تولہ شام کو دیں۔ (۴) اگر جگر کے مقام پر بوجھ اور کھچاؤ محسوس ہو، زیرہ سفید دو ماشہ فی خوراک صبح و شام پینا چاہیے۔ (۵) اگر بھوک عادت سے زاید معلوم ہو، کالی مرچ ایک ماشہ صبح و شام دیں۔ جب بھوک کم ہو جائے، اِملی کا شربت ایک ایک تولہ صبح و شام دیں۔ (۶) اگر پیاس

زیادہ لگے، لعاب اسپغول دیں۔ اگر پیاس کم ہو جائے، شہد چٹائیں یا لونگ چار رتی کھلائیں۔ (۷) دست سوزش کے ساتھ آنے لگیں، زرد ہرڑ ایک ماشہ، مصری ایک ماشہ صبح و شام دیں۔ اگر دست مروڑ اور آؤں کے ساتھ آئیں، اسپغول مسلّم ۳ ماشہ صبح و شام ہمراہ پانی دیں۔ (۸) اگر قبض رہتا ہو، گُل بنفشہ دو ماشہ مصری دو ماشہ ملا کر سوتے وقت کھائیں۔ (۹) پیشاب زائد آئے تو تل سیاہ فی خوراک ۲ ماشہ صبح و شام دینا چاہیئے۔ اگر پیشاب سوزش کے ساتھ آئے، اسپغول کا لعاب پینا چاہیئے۔ (۱۰) اگر حیض کثرت سے آئے گُل ارمنی دو ماشہ سرکہ ایک تولہ کے ساتھ دیں۔ (۱۱) اگر حیض رُک جائے، پوست املتاس ایک تولہ پاؤ بھر پانی میں اُبال کر پینا چاہیئے۔ (۱۲) اگر جریان کی شکایت ہو، سوکھا دھنیا (مغز) تین ماشہ سفوف کر کے صبح و شام دیں۔ (۱۳) اگر پیٹ میں کیڑے پیدا ہو جائیں، اندر جو ایک ماشہ فی خوراک صبح و شام دیں۔ (۱۴) اگر پسینہ رُک جائے، دار چینی تل کے تیل میں ملا کر بدن پر مالش کریں۔ (۱۵) اگر پسینہ زائد آتا ہو، خشک دھنیا فی خوراک دو ماشہ دن میں تین مرتبہ دیں۔ (۱۶) نیند کم آتی ہو، تخم خشخاش ایک تولہ پانی میں پیس کر سوتے وقت نوش کریں۔ (۱۷) پیشاب بند ہو، شورہ قلمی فی خوراک چار رتی دیں۔ (۱۸) پھوڑے پھنسیاں نکلنا شروع ہوں تو ہلیلہ زرد اور برگ شاہترہ دیں ؛

کم خرچ نسخے

(۱) اگر دائمی قبض ہو تو ہر روز گیہوں کی موٹی موٹی روٹی اور شہد استعمال کیجئے۔
(۲) اگر یرقان ہو جائے تو لیموں کا عرق آنکھ میں لگایئے، مرض کافور ہو جائیگا۔
(۳) تلسی کے بیج ایک تولہ گائے کے دُودھ کے دہی کے ساتھ روزانہ صبح کو کھایا

کریں تو بواسیر خونی بالکل چلی جاتی ہے۔ (۴) گھر میں مچھر بہت ہوں تو جہاں پر آپ سوتے ہوں، وہاں ذرا فاصلے پر کمرے کے اندر یا دالان میں ایک گہرا سیاہ رنگ کا کپڑا لٹکا دیجئے۔ بس مچھر آپ کو ہرگز نہ ستائیں گے اور اِس سیاہ رنگ والے کپڑے پر بیٹھ جائیں گے۔ (۵) زرد رنگ کی چیز پر مچھر نہیں گرتے۔ اگر اِس کو سوتے وقت اوڑھ لیں یا اگر کوئی شال زرد رنگ کا اپنے اوپر لپیٹ لیں تو بھی مچھر نہ آئیں گے۔ (۶) سیاہ مرچ کو تل کے تیل میں پیس کر حل کریں اور پھر مفلوج جگہ پر مالش کریں، افاقہ ہوگا۔ (۷) بڑ کے پتے جلا کر اس کی راکھ بقدر دو تین چاول پان کے ہمراہ استعمال کرنے سے دمہ کا مرض جاتا رہتا ہے۔ (۸) اگر پیشاب بند ہو جائے تو سفید کتھہ پیس کر پانی میں لیپ سا بنائیں اور ناف پر لگائیں پیشاب کھل کر آجائیگا۔ (۹) گرم پانی میں شہد ملا کر پینے سے جسم کی تمام چربی چلی جاتی ہے اور حد سے زیادہ بھاری جسم دبلا ہو جاتا ہے۔ (۱۰) اگر نکسیر بہت رواں رہتی ہو تو ناک پر اور تالو پر مالش کے لئے کی ٹکیاں بنا کر رکھ دیجئے، خون بند ہو جائے گا۔

بغیر دوا کے خطرناک بیماریوں کا علاج

"بلڈ پریشر" یعنی خون کے دباؤ کی بیماری ترش پھل کھانے والے کو تمام عمر نہیں ہوتی۔ لیموں، انار دانہ، اِملی، ترش دہی، گلگل، چکوترہ، سنگترہ، نارنگی وغیرہ کسی بھی شکل میں کھانا کھانے کے ساتھ اصلی حالت میں یا چٹنی اچار کی شکل میں کھاتے رہنے سے اِس موذی مرض سے بچاؤ رہتا ہے جو کہ موجودہ تہذیب کی پیداوار ہے۔

چلغوزے کھانے والے کو ذیابیطس اور نامردی نہیں ہوا کرتی۔ اسی طرح پتھری، ریگ مثانہ اور درد گردہ جیسی خطرناک بیماری اُن اشخاص کے قریب بھی

نہیں آتی جو موسم پر ملائم کھیرا، ککڑی، خربوزہ اور تربوز خوب استعمال کرتے رہتے ہیں۔ان کے استعمال سے جسم کے وہ فاسد مادے جو کہ دانتوں پر پتھر جیسا خول بن جاتے ہیں جس کو پنجابی میں "کریڑا" کہتے ہیں۔اور دیگر اسی قسم کے فاسد مادے جسم سے خارج ہو جاتے ہیں۔ایسے کھیرے اور ککڑی جن کے بیج بالکل خام اور نرم ہوں، اُن کو معہ بیجوں کے خوب چبا چبا کر کھانے کے ساتھ یا کھانے کے بعد ہر روز کھانا ان امراض سے بچاتا ہے۔کیونکہ قدرت نے ان میں ایسے نباتاتی نمک بھر رکھے ہیں جو فاسد مادوں کو تحلیل کر کے جسم سے خارج کرتے رہتے ہیں، اور نیا فاسد مادہ پیدا نہیں ہونے دیتے۔جوں جوں لوگ ان چیزوں کا استعمال ترک کرتے جاتے ہیں، جسم زہریلے مادے خارج کرنے کے ناقابل بنتے جاتے ہیں ؛

بھاڑ کے بھنے ہوئے چنے چباتے رہنے سے معدہ، انتڑیوں اور منہ کی عفونت اور قبض دُور ہوتی ہے اور مرض ذیابیطس کا خطرہ نہیں رہتا۔دہی اور دہی کی چھاچھ پینے والے کو سنگرہنی اور میعادی بخار یعنی ٹائیفائڈ (تپ محرقہ) کا اندیشہ نہیں رہتا۔جو لوگ ماش، چنا، ارہر، مٹر، لوبیا وغیرہ خوب کھاتے ہیں، اُن کے ہاں اولاد زیادہ ہوتی ہے ؛

زہریلے جانوروں کے کاٹے کا علاج۔بھڑ، بچھو یا مچھر وغیرہ کے کاٹنے پر فوراً ہی ذیل میں سے کوئی ایک عمل کریں:۔ (۱) سرد پانی کا ایک گلاس پی جائیں۔ڈنک نکال دیں۔اور پانی، سرکہ یا پیاز کے رس میں نمک یا نوشادر گھول کر گاڑھا لیپ کر دیں۔شراب یا سپرٹ میں کافور حل کر کے بھی لگا سکتے ہیں۔ چونہ، سہاگہ اور نوشادر ملا کر بھی لیپ کر سکتے ہیں۔علاوہ ازیں اگر سُرخ مرچ اور نمک پانی میں گھول کر لیپ کر دیں اور چمٹے سے انگارہ پکڑ کر سینک دیں تو

، بچھو کاٹے کا درد منٹوں میں دُور ہو جاتا ہے ؂

چند مجرّبات

۱۔ بہترین مصفیٔ خون نسخہ۔ بُرادہ صندل سُرخ ایک تولہ۔ بُرادہ صندل سفید ایک تولہ۔ مہندی کی پتی خشک ایک تولہ۔ نیم کی پتی خشک ایک تولہ۔ گیرو ایک تولہ۔ مجیٹھ ایک تولہ۔ ہرمچی ایک تولہ۔ ملٹھی چھلی ہوئی ایک تولہ۔ کچور ایک تولہ یعنی سب چیزیں ہموزن ؂

تمام اجزاء کو الگ الگ باریک کوٹ کر وزن کر کے آپس میں ملا لیں ؂

(نوٹ) بُرادہ صندل میں یہ کمبخت پنساری شیشم کا برادہ بھی ملا دیا کرتے ہیں ذرا دیکھ کر یا کسی واقفکار کو دکھا کر خریدئیے گا۔ ورنہ پھر نسخہ توقع کے مطابق نہ نکلے گا ؂

طریقِ استعمال :۔ بچّوں کو ایک ایک رتّی۔ بڑوں کو ایک ایک ماشہ دوا شربت عناب کے ساتھ دیں ؂

مریض کی عمر کے مطابق ایک تولہ سے چار تولہ تک شربت عناب میں ملا کر چٹائیں یا دوا پھانک کر اُوپر سے شربت عناب بقدر ضرورت ملا کر پلائیں —— دن میں تین چار مرتبہ —— کھانا کھانے سے ایک گھنٹہ پہلے یا پیچھے ؂

فوائد۔ خون کے جوش اور خون کی خرابی کی وجہ سے نکلنے والے پھوڑے پھنسیوں کے لئے بیحد مُفید و مؤثر ہے خصوصاً چھوٹے بچّوں کی پھنسیوں کے لئے اکسیر ہے۔ لیجئے یُوں ایک لاکھ کی ایک اَور بات بھی بتلائے دیتے ہیں کہ جن عورتوں کے بچّے عموماً پھوڑے پھنسیوں میں مبتلا رہتے ہیں یا پھوڑے پھنسیوں میں مبتلا ہو کر مر جاتے ہیں، تو اُن عورتوں کو حمل کے دوران اس دوا

کی ایک یا دو گولی روزانہ دینی چاہیئے ؛

۲- سنگرہنی کا لاجواب نسخہ - سنگرہنی کے مریض کو بار بار پاخانہ یا دست آتے ہیں - جو کچھ کھایا جاتا ہے ، بغیر ہضم ہونے کے ہی پاخانہ کی راہ خارج ہو جاتا ہے اور غذا جزو بدن نہیں بنتی - اس موذی مرض سے مندرجہ ذیل سادہ اور کم خرچ نسخہ ایک ہفتہ میں رہائی دلاتا ہے :-

قندھاری سرخ انار کے دانے اندر سے نکال کر باقی انار کو دھوپ میں رکھ کر خشک کر لیں اور نہایت باریک پیس کر کپڑے میں چھان کر شیشے کے کاگ والی بوتل میں بند کر دیں - بس دوا تیار ہے - سنگرہنی کے مریض کو تین ماشہ یہ سفوف کھلا کر ہر صبح بعد میں دہی کے میٹھے کا ایک گلاس پلا دینا چاہیئے - دہی کا میٹھا یوں بنتا ہے کہ دہی کو بغیر پانی لانے کے متھ لیں - بس میٹھا تیار ہے ؛

جب تک یہ دوا استعمال کی جائے ، خوراک دہی چاول یا ڈبل روٹی اور شوربہ ہونی چاہیئے یا پھلوں کا رس اور میٹھے کی جگہ گو کوزڈی کا استعمال کرنا چاہیئے ؛

۳- کھانسی کا تجربہ شدہ بے نظیر نسخہ - اس سے ہر قسم کی کھانسی کو آرام آجاتا ہے چاہے خشک ہو یا تر ، یہاں تک کہ سل اور تپدق کی کھانسی بھی اس سے دور ہو جاتی ہے - نسخہ نہایت سادہ اور آسان ہے :-

شکر تیغال ایک تولہ - گوند کیکر ایک تولہ - گوند کتیرا ایک تولہ - دانہ الائچی خورد ایک تولہ - ست ملٹھی ایک تولہ - خشخاش ایک تولہ - آرد یعنی سفوف ملٹھی ایک تولہ - ست گ... ایک تولہ - تمام ادویات علیحدہ علیحدہ نہایت باریک پیس کر ملا لیں - دو تین ماشہ یہ سفوف ایک تولہ شہد خالص میں ملا کر رات کو سوتے وقت مریض کو چٹا دیا کریں اور دن میں بھی دو تین بار چٹاتے رہنے سے دو تین روز میں آرام آجاتا ہے - اگر شہد نہ ملے تب شربت بنفشہ مرکب کے ساتھ یہ سفوف استعمال کرانا چاہیئے ؛

۴۔ بواسیر کے لئے بار ہا کا آزمودہ نہایت اعلیٰ نسخہ۔ بواسیر خونی ہو یا بادی، مندرجہ ذیل نسخہ سے ضرور جاتی رہتی ہے :۔

بکاین یعنی دھریک کا پھل (دھرکونیا) ایک پاؤ۔ نیم کے درخت کی چھال کے نیچے کی نرم چھال ایک پاؤ۔ دونوں کو گرم توے پر رکھ کر اوپر سے مٹی کے پیالے سے ڈھانپ دیں اور توے کے نیچے آگ تیز کر دیں۔ جب دونوں چیزیں جل کر کوئلہ بن جائیں تب سرد ہونے پہ نہایت باریک پیس لیں اور کپڑے میں سے چھان لیں۔ پھر اس پسے ہوئے کوئلہ کو ایک سیر مولی کے رس میں کھرل کریں۔ جب دوا خشک ہونے کے قریب ہو تب تھوڑا سا گلوکوز لیکویڈ ملا کر چنے کے برابر گولیاں بنا لیں ⁂

مقدار خوراک :۔ دو سے چار گولی تک صبح اور اتنی ہی شام پانی کے ساتھ کھلانے سے بارہ دن میں ہی ہر طرح کی بواسیر دُور ہو جاتی ہے لیکن ایک ماہ تک ان گولیوں کا استعمال جاری رہنا چاہیئے تاکہ دوبارہ بیماری کا اندیشہ نہ رہے ⁂

۵۔ زکام کا نسخہ۔ آک کی جڑ کا چھلکا ایک تولہ۔ افیون ۳ ماشہ خوب پیس کر پانی سے ڈیڑھ ڈیڑھ رتی کی گولیاں بنائیں۔ صبح سویرے شام اور رات کو دُودھ کے ساتھ ایک ایک گولی نگل لیں۔ اگر دُودھ میسّر نہ ہو تو پانی سے بھی نگل سکتے ہیں۔ ایک ہی دن میں زکام سے نجات حاصل ہوگی ⁂

ان گولیوں کے استعمال سے ایک رات پیشتر حسب ذیل جوشاندہ پی لینا مُفید ہے۔ گُل بنفشہ ۶ ماشہ۔ آرد ملٹھی ۶ ماشہ۔ سولف ۶ ماشہ۔ الائچی خورد ڈیڑھ ماشہ۔ پپلی (مگھہ) ڈیڑھ ماشہ۔ سب چیزوں کو ڈیڑھ پاؤ پانی میں جوش دیں جب پانی نصف رہ جائے تو چھان کر ایک تولہ مصری ملائیں اور گرم گرم پی کر سو جائیں ⁂

۶۔ چُٹکی اطفال۔ نارجیل دریائی ۹ ماشہ۔ زہر مہرہ خطائی۔ الائچی کلاں۔

الائچی خورد۔ گل سُرخ۔ ست گلو۔ رب السوس۔ شاہترہ ہر ایک چھ ماشہ۔ اجوائن دلیسی، پودینہ خشک، طباشیر، کاکڑا سنگی ہر ایک تین ماشہ۔ پوست ہلیلہ زرد۔ ریوند چینی ہر ایک ایک تولہ۔ دارچینی ۴ ماشہ مصری کوزہ ۵ تولہ۔ تمام ادویہ کو کُوٹ چھان سفوف بنائیں ؛

استعمال۔ بچوّں کے لئے نہایت اعلےٰ درجہ کی دوا ہے اور ان کے بخار، کھانسی، قبض، نفخ، اسہال وغیرہ کے لئے بیحد مُفید ہے۔ اس کے استعمال سے بچے موٹے تازے ہو جاتے ہیں اور سُوکھے کی بیماری بھی اس سے رفع ہوتی ہے۔ صبح و شام چار چار رتی دُودھ کے ہمراہ کھلائیں ؛

۷۔ کیفی اسپرین کا بہترین بدل۔ سفید پھٹکڑی کو لے کر ناگرموتھا کے کاڑھے میں کھرل کریں اور سُکھالیں۔ اسی طرح سات مرتبہ تر اور خشک کریں۔ اس کے بعد حسب معمول کشتہ کرلیں۔ گرمی کے موسم میں عرق گلاب کے ساتھ اور موسم سرما میں دُودھ کے ساتھ ایک ایک رتی کی مقدار میں کھلائیں ؛

فوائد۔ دردِ سر خواہ کسی وجہ سے ہو، پہلی ہی خوراک میں یا دوسری خوراک میں دُور ہو جاتا ہے۔ یہی کیفی اسپرین کا بہترین بدل ہے ؛

دیہاتی ٹوٹکے

ضُعفِ دماغ۔ مغز بادام شیریں ۷ دانہ۔ تخم کاہُو ۷ ماشہ۔ دونوں کو پانی میں پیس کر شیرہ نکالیں اور صبح کو پئیں۔ دماغ کو قوت بخشتا ہے اور دائمی دردِ سر اور دورانِ سر کو دُور کرتا ہے ؛

مُنہ آنا۔ سہاگہ ۳ ماشہ۔ کافور ۴ رتی۔ دونوں کو ایک تولہ شہد خالص میں حل کرکے روزانہ دو تین بار مُنہ میں لگائیں۔ مُنہ آنے کے لئے مُفید ہے۔ اور

بچّوں کے مُنہ آنے میں بھی استعمال کیا جا سکتا ہے ÷

ہچکی ۔ الائچی سفید ۳ ماشہ ۔ لونگ ۵ عدد ۔ دونوں کو تھوڑے سے پانی میں پیس چھان کر ایک تولہ مصری ملا کر پئیں ۔ اِس سے ہچکی بہت جلد بند ہو جاتی ہے ÷

کھانسی ، دمہ ۔ مغز بادام شیریں ، لہسن ، ادرک ہر ایک چھ ماشہ ۔ سب کا چھلکا دُور کر کے باریک پیس کر ۳ تولہ شہد خالص میں حل کریں اور اِس میں سے ۲-۳ ماشہ روزانہ دو چار بار کھائیں ۔ پُرانی کھانسی اور دمہ کے لئے بہت مفید ہے اور اِس سے معدے کی بھی اصلاح ہوتی ہے ÷

اختلاجِ قلب ۔ آملہ خشک ایک تولہ ، دھنیا خشک ۶ ماشہ ۔ دونوں کو کوٹ کر رات کو بھگو دیں اور صبح اس کا پانی نتھار کر ایک تولہ شکر سفید ملا کر پئیں قلب کو قوّت بخشتا ہے ۔ خفقان کے لئے چند روز اس کو متواتر استعمال کرنا مفید ہے ÷

حرارتِ جگر ۔ اِملی (گٹھلی نکالی ہوئی) ۲ تولہ لے کر رات کو پانی میں بھگو دیں ۔ اور صبح مغز خیارین اور تخم کاسنی ہر ایک ۵ ماشہ پانی میں پیس کر چھان کر اس میں اِملی کا نتھارا ہوا پانی ملا کر پئیں ۔ اِس سے جگر کی گرمی دُور ہوتی ہے اور یرقان میں بھی فائدہ ہوتا ہے ÷

طحال ۔ مصبّر ایک تولہ ۔ ہیرا کسیس ۶ ماشہ ۔ سہاگہ ۲ ماشہ ۔ سب کو گھیکوار کے لُعاب میں اچھی طرح کھرل کر کے چنے کے برابر گولیاں بنائیں اور ایک گولی صبح ایک گولی شام دُودھ کے ساتھ کھائیں ۔ بڑھی ہوئی تلّی کو اپنی حالت پر لاتی ہے ۔ اور بدن کو قوّت دیتی ہے ÷

قبض ۔ سونف ایک تولہ ۔ کالا دانہ ۲ تولہ ۔ سیندھا نمک ۲ تولہ ۔ سونٹھ ۳ ماشہ ۔ سب کو کُوٹ چھان کر سفوف تیار کریں اور رات کو سوتے وقت ۳ ماشہ سے ۵ ماشہ تک یہ سفوف نیم گرم دُودھ کے ساتھ کھائیں قبض کو دُور کرتا ہے ÷

اسہال و پیچش۔ آملہ ایک تولہ۔ نرکچور ۶ ماشہ۔ کافور ۳ ماشہ۔ سب کو باریک کریں۔ عرق گلاب میں کھرل کر کے چنے کے برابر گولیاں بنائیں۔ اس کے استعمال سے ہر قسم کے اسہال، معدے کی خرابی، قے اور متلی وغیرہ میں فائدہ ہوتا ہے۔ ایک ایک گولی دونوں وقت تازہ پانی کے ہمراہ کھائیں۔ پیچش کے لئے بھی مفید ہے۔ پہلے ارنڈی کا تیل پئیں تاکہ سُدّے ہوں تو دُور ہو جائیں۔ اس کے بعد یہ گولیاں استعمال کریں ؂

بواسیر۔ گندھک آملہ سار، شنگرف، تخم نیم، رسونت ہر ایک ہموزن۔ سب کو الگ الگ باریک کر کے ایک ساتھ کھرل کریں اور اس میں سے ۲-۳ ماشہ سفوف تازہ پانی کے ہمراہ صبح اور شام کھائیں۔ بواسیر کے لئے مُفید چیز ہے ؂

سر میں پھنسیاں۔ آم کا اچار جس تیل میں پڑا ہو، وہ تیل ایک چھٹانک اور گندھک آملہ سار ایک تولہ۔ خوب اچھی طرح ملا کر پھنسیوں پر صبح اور رات لگائیں۔ چند روز میں صحت ہو گی ؂

مُنہ سے پانی جانا۔ بہیدانہ آدھا ماشہ بھر مُنہ میں رکھ کر چوسیں۔ چند روز میں آرام ہو گا ؂

چاقو وغیرہ کے چیر۔ چیر آتے ہی اُوپر پیشاب کر دیں۔ تین چار بار میں آرام ہو گا ؂

افیم کا نشہ۔ ہینگ ½ ماشہ پانی میں گھول کر پلا دیں۔ فوراً نشہ اُتر جائے گا ؂

تیرھواں باب

خوبصورتی کا جادو



خوبصورت بننے کا شوق ایک
قدیمی جذبہ ہے اور مرد
عورت، دونوں میں رہا ہے
آج بھی بیوی کی خاوند کو
اور خاوند کی بیوی کو
تاحیات خوبصورت دیکھنے
کی خواہش رہتی ہے۔
حُسن پرستی کا یہ جذبہ دل
میں اُمنگ، جسم میں تازہ

اور پھنسیاں وغیرہ ہوں تو اِس کے ملنے سے بہت فائدہ ہوتا ہے ؞
رات کو سونے سے پہلے گرم یا ٹھنڈے پانی سے اچھی طرح مُنہ دھو کر ایک موٹے بھیگے اور نچوڑے ہوئے کپڑے سے خوب رگڑ کر پونچھیں۔ اِس طرح مُنہ کی رنگت خوب نکھرے گی ؞
خالص سرسوں کو مہین پیس کر مُنہ یا سارے بدن پر لیپ کریں۔ پھر ۵ منٹ لگا رہنے کے بعد خوب رگڑ رگڑ کر ملیں۔ جب سارا بدن صاف ہو جائے اور مَیلی مَیلی بتّیاں چھوٹ جائیں تب خوب اچھی طرح نہا لیں۔ سرسوں کا اُبٹن جتنا مُنہ یا جسم پر چھُبے اُتنا ہی فائدہ پہنچتا ہے۔ اِس کو روز ملنے سے جسم کا رنگ صاف ہوتا ہے ؞
سرسوں، کیسر، ہلدی، گوکھرو، سُرخ چندن ۴ ٹکے بھر۔ لونگ، چرونجی دس ٹکے بھر۔ سب کو سرسوں کے تیل کے ساتھ مہین پیس کر اُبٹن تیار کریں۔ اگر یہ اُبٹن چہرے پر برابر ایک ہفتے تک ملا جائے تو اس سے چہرے کی رونق بڑھیگی اور بدصورتی، مہاسے اور چھائیاں وغیرہ دُور ہوں گی ؞
دس تولہ شہد میں لیموں کا رس ملا کر چہرے پر لیپ کریں اور پندرہ منٹ بعد دھو ڈالیں۔ پندرہ بیس دن تک روزانہ ایک بار استعمال کرنا چاہیئے ؞

زرد چہرے پر خوبصورت لالی آجائیگی

جو عورتیں گوری تو ہیں لیکن اُن کے چہرے زرد پڑ گئے ہیں، اُن کو مندرجہ تراکیب سے فائدہ اُٹھانا چاہیئے :۔
(۱) صبح پانچ بجے اُٹھ کر صاف پانی کا ایک گلاس پی لیا کریں اور لیموں کے رس کو پانی میں گھول کر اُس سے منہ اور ہاتھ دھویا کریں ؞
(۲) اُڑد کی دال اور مرچ کا استعمال کم سے کم کریں۔ پھل خوب کھائیں سیب

کو چھلکے سمیت کھایا کریں :

(۳) پانی بھرنا، چکی پیسنا، بچوں کے ساتھ کھیلنا وغیرہ کسرت کے کام کیا کریں۔

(۴) خشک زوفا تین ماشہ۔ سونف ۴؍ ماشہ۔ کیسر ۳ ماشہ۔ کھانڈ ۴ تولہ۔ سب کو باریک پیس کر کھانڈ میں ملا لیں۔ سویرے ۹ ماشہ لے کر پھانک کر اُوپر سے گائے کا تازہ دُودھ پی لیا کریں۔ دو تین ہفتہ کے عمل سے ہی چہرے پر نہایت خوبصورت لالی جھلکنے لگے گی :

مندرجہ ذیل ورزش پندرہ منٹ کرنا بھی رخساروں کی خوبصورتی کے لئے مُفید ہے۔ یہ ورزش صبح لبستر میں ہی کر لینی چاہئے :۔

بچھونے میں چت لیٹ جائیے۔ ہاتھوں کی ہتھیلیوں سے گالوں کو نیچے سے اُوپر کی طرف معمولی دباؤ کے ساتھ رگڑیں۔ چند بار نسبتاً ہلکے ہاتھ سے نیچے کی طرف بھی رگڑیں۔ تھوڑی دیر ناک کی طرف سے کنپٹی کی طرف اور کنپٹی کی طرف سے ناک کی طرف بھی رگڑنا چاہیئے۔ رگڑتے وقت اپنے دل میں زبردست خیال رکھنا چاہئے کہ رخساروں پر حُسن، چمک، سُرخی اور خوبصورتی آ رہی ہے۔ دو تین ماہ کے بعد حیران کن تبدیلی نظر آئے گی :

اگر متذکرہ بالا کسرت بستر میں نہ کرنا چاہیں تو حاجات ضروری سے فارغ ہو کر کی جاسکتی ہے۔ مگر سُورج طلوع ہونے سے پہلے پہلے :

چہرے کے سیاہ داغ و پھُنسیاں دُور کرنے کی بےنظیر دوا

چند یوم کے استعمال سے چہرہ کی جلد ریشم کی مانند نکل آتی ہے :۔

گلیسرین ۴ ڈرام۔ یوڈی کلون ۴ ڈرام سمپل ٹنکچر آف بنزوئن نصف ڈرام۔ سب ادویات کو ایک شیشی میں بھر کر خوب حل کریں :

ہونٹوں کی خوبصورتی کے دشمن

ہونٹوں کی خوبصورتی کے لئے ضروری ہے کہ ان میں خون ہو۔ ساتھ ہی اُوپر کی نسبت نچلا قدرے گداز ہو۔ نیز اُوپر کا ہونٹ ذرا خمدار ہو تو لبوں کے حُسن میں اور اضافہ ہو جاتا ہے۔ پتلے ہونٹ حسین مانے گئے ہیں اور بھدّے ہونٹ بدصورتی کی علامت ہیں ؛

اگر نیچے کا ہونٹ اُوپر کے ہونٹ کی نسبت گداز نہ ہو تو اُسے چُوس کر باآسانی گداز بنایا جا سکتا ہے ؛

حتےّ الامکان ہونٹوں کو بیرونی رنگوں سے رنگنے کی کوشش نہ کریں بلکہ خُون بڑھانے والی صحت بخش غذائیں کھا کر قدرتی رنگ پیدا کرنے کی طرف متوجہ ہوں لپ سٹک کا رنگ جب تک ہونٹوں پہ چڑھا ہوتا ہے، ہونٹ اُس وقت تک حسین معلوم ہوں تو ہوں، لیکن جب ان کا عارضی رنگ چھُوٹ جاتا ہے، اُس وقت اُنہی ہونٹوں کی رنگت ایسی بدنما اور پھیکی پڑ جاتی ہے کہ توبہ بھلی۔ اور یہی نہیں، لپ سٹک کا استعمال خطرناک حد تک مضرِ صحت ہے۔ مغربی اطبّا نے اس میں مُہلک زہر کا پتہ لگا کر عوام کو اس کے استعمال سے محترز رہنے اور بچنے کی سخت تاکید کی ہے اور لپ سٹک کی مخالفت کی تحریک بڑے شدّ و مد سے جاری کی ہے۔ مشہور ڈاکٹر باٹ کا خیال ہے کہ ایک بار اس خوفناک چیز کا استعمال کرنے کے بعد ہونٹوں کو جراثیم سے محفوظ رکھنا نہایت مشکل ہو جاتا ہے۔ ہونٹوں کے ذریعہ وُہ زہریلے جراثیم پیٹ کی رگوں میں پہنچ کر متعدد امراض پیدا کرنے کا موجب بنتے ہیں ؛

اس لئے میں اپنی بہنوں سے درخواست کرونگا کہ وُہ ایسی خوفناک چیز کے استعمال سے سخت احتراز کریں۔ اور اگر فیشن پرستی کا شوق اُنہیں اس کے استعمال کے لئے مجبور ہی کرے تو کم از کم اُنہیں اتنا تو ضرور کرنا چاہئے کہ اپنے لپ سٹک

لگے ہوئے ہونٹوں سے اپنے پیارے بچّوں کو نہ چومیں ورنہ وہ اپنے ساتھ ان کی صحت کو بھی خطرے میں ڈالنے کی ذمّہ دار ہوں گی ؂

اکثر سردیوں میں بہت سی عورتوں کے ہونٹ پھٹ کر بدنما ہو جاتے ہیں۔ اس کا باعث ان کے ہونٹوں کی اندرونی خرابی ہوتی ہے جو کھانے پینے کی احتیاط و اصلاح سے دُور کی جاسکتی ہے۔ ہونٹ پھٹنے پر چکنائی لگا کر اُنہیں تر کرنے کی کوشش کرنی چاہیئے یا چنبیلی کے تیل میں موم پکا کر اُسے ہونٹوں پر لگانا چاہیئے۔ یہ آزمودہ علاج ہے ؂

لبوں کو پھٹنے سے بچانے اور اُن کی خوبصورتی کو قائم رکھنے کے لئے مندرجہ ذیل طریقہ سب سے بہتر اور آسان ہے ؂

روغن بادام شیریں دو تولہ۔ موم دیسی چھ ماشہ۔ کتھہ سفید مصفّیٰ دو ماشہ۔ کافور دیسی دو ماشہ۔ موم اور بادام روغن کو آپس میں ملا کر ہلکی سی آگ پر رکھ دیں۔ جب موم پگھل کر تیل میں حل ہو جائے تو آگ پر سے نیچے اُتار کر اُس میں کافور ملا دیں اور کسی لکڑی وغیرہ سے چلا کر گرم گرم کپڑے میں چھان لیں۔ پھر کتھہ سفید مثل سُرمہ باریک پیس کر اس میں ملا دیں اور کسی ڈبیہ میں بھر لیں۔ تھوڑی دیر بعد جم کر مانند مرہم کے ہو جائے گا۔ صبح اور رات کو سوتے وقت جب وقت دل چاہے تھوڑا سا اس میں سے لبوں پر ملنے سے لبوں کے پھٹنے اور اُن پر پپڑی سی جمنے و کھرنڈ سے اکھڑنے وغیرہ کو فائدہ ہوتا ہے۔ ہونٹ مانند ریشم کے ملائم و چکنے ہو جاتے ہیں ؂

ترکی حرم سراؤں میں ہونٹوں کی خوبصورتی کو قائم رکھنے اور پھٹے ہوئے ہونٹوں کو درست کرنے کے لئے حسب ذیل نسخہ استعمال میں لایا جاتا ہے :-

نصف سیر گلاب کی پتیوں کو ذرا سا دُودھ ملا کر خوب پیس لیں، یہاں

تک کہ وہ مثل مرہم کے ہو جائے ۔ مگر ذرا پتلی ہو ۔ اسے موٹے کپڑے میں دبا کر چھان لیں ۔ ہونٹوں پر لگانے سے بہت فائدہ ہو سکتا ہے ۔ اگر دودھ کی جگہ پتلی بالائی سے کام لیں تو نسخہ بہتر ہو جائے گا ؛

جوانی کی کیلوں اور پھنسیوں کیلئے لاجواب نسخہ

جوانی کی عمر میں اکثر مردوں اور عورتوں کے چہرے کیلوں اور پھنسیوں کی وجہ سے داغدار ہو کر اپنا حسن ذاتی کھو دیتے ہیں ۔ ان کیلوں اور پھنسیوں کو حیرت انگیز طور پر غائب کرنے والے ایک عجیب نسخہ کے متعلق حکیم کرشن کنور دت لکھتے ہیں :

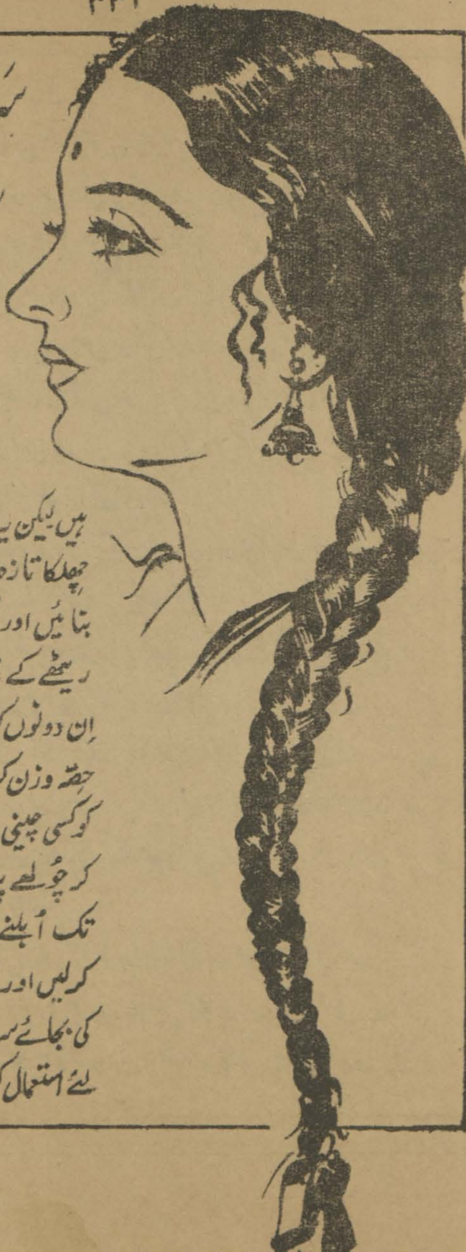
" حال ہی میں مجھے ایک ایسا نسخہ اتفاق سے مل گیا ہے جس نے اس سلسلہ میں مجھے بہت شاندار کامیابی کی امید دلا دی ہے ۔ لطف یہ کہ یہ نسخہ بیحد سہل الحصول بھی ہے اور قیمت میں بھی اس قدر ارزاں ہے کہ دو آنہ کی دوا پچاسوں آدمیوں کے لئے کافی ہو سکتی ہے ۔ اس کے دوران استعمال میں نہ مسہل کی ضرورت ہوتی ہے نہ مصفیٰ خون جوشاندوں کے پلانے کے جھنجھٹ کی حاجت ۔ نہ فصد کی خونریزی کا خوف ہوتا ہے اور نہ غازہ و کریم کا جھگڑا ! نسخہ یہ ہے :-

کالی برومیڈم چھ ایکس ـــــ دن میں خشک سفوف کی چار خوراکیں تین تین چار چار گھنٹہ کے وقفہ سے زبان پر رکھ کر آہستہ آہستہ نگل لیجئے یا ایک دو گھونٹ تازہ پانی کے ہمراہ بھی لے سکتے ہیں ۔ ایک خوراک دو رتی کی ہونی چاہیئے ؛

طریق ساخت ۔ ۱۰ رتی پوٹاسیم برومائڈ (عام مشہور ڈاکٹری دوا ہے پندرہ آنہ کی آدھ سیر ملتی ہے) ۔ ۳۰ رتی شوگر آف ملک (دودھ کی کھانڈ دس بارہ آنہ کی آدھ سیر ملتی ہے) ۔ دونوں کو ملا کر کسی نہایت صاف کھرل میں چھ

منٹ تک کھرل کریں اور چار منٹ تک دوا کو کُریدکر اکٹھا کریں۔ پھر۶ منٹ تک کھرل کریں اور چار منٹ تک کُرید کر اکٹھا کریں۔ اب ۳۰ رتی شوگر آف ملک اَور مِلا دیں اور بدستور دو مرتبہ چھ چھ منٹ تک کھرل کریں اور چار چار منٹ تک کُرید کر اکٹھا کریں ـــ یہ ایک ایکس کی دوا ہے۔ اب اِسے کھرل میں سے نکال کر کسی صاف شیشی میں بھر لیں اور کھرل کو نیم گرم پانی سے صاف کر لیں۔ اب اِس ایک ایکس کی دوا میں سے ۱۰ رتی دوا لے کر بالکل طریق اوّل کے مطابق شوگر آف ملک مِلا مِلا کر اور کھرل کر کر کے دو۔ ایکس کی دوا بنا لیں (فرق صرف اِتنا ہو گا کہ ۱۰ رتی پوٹاسی برومائڈ کی بجائے ایک ایکس کی دوا دس رتی لی جائے گی۔ باقی طریقہ بالکل وہی نمبر اوّل والا رہے گا) اور کسی صاف شیشی میں بھر لیں اور کھرل کو صاف کر کے دو ایکس میں سے ۱۰ رتی دوا لے کر بدستور تین ایکس کی دوا بنا لیں ـــ اِسی طرح اِس عمل کو چھ ایکس تک پہنچائیں ـــ اور چھ ایکس کی دوا کو استعمال میں لائیں۔ طریقہ پہلے لکھ دیا ہے۔ جب چھ ایکس کی دوا ختم ہو جایا کرے تو پانچ ایکس کی دوا سے مذکرہ بالا طریقہ کے مطابق پھر چھ ایکس تیار کر سکتے ہیں۔ اِسی طرح چار ایکس کی دوا سے پانچ ایکس اور تین ایکس کی دوا سے چار ایکس کی دوا تیار ہو سکتی ہے وغیرہ ؞

پرہیز۔ کوئی خاص نہیں ـــ تاہم قابض اور ثقیل چیزوں نیز پیاز، لہسن اور زیادہ گرم چیزوں سے پرہیز کریں تو بہتر ہو گا ؞



سر کے بالوں کی سیاہی اور خوبصورتی قائم رکھئے

سنترہ کھانے کے بعد اس کا چھلکا بیکار چیز سمجھ کر لوگ پھینک دیتے ہیں لیکن یہ بڑی کارآمد چیز ہے۔ یہ چھلکا تازہ لے کر کونڈی میں نگدا بنائیں اور اُس نگدا سے نصف حصّہ ریٹھے کے چھلکے باریک پیس کر ڈالیں ان دونوں کو ملا کر اس نگدے سے چار حصّہ وزن کر کے پانی ملائیں اور اس کو کسی چینی یا مٹی کے برتن میں ڈال کر چولھے پر چڑھائیں اور ایک گھنٹہ تک اُبلنے دیں پھر اُتار کر کپڑ چھان کر لیں اور بوتلوں میں بھر رکھیں صابن کی بجائے سر دھونے اور عام غسل کے لئے استعمال کریں۔ بالوں کیلئے ولایتی

شیمپو سے بدرجہا اچھی چیز ہے ۔

ہاتھ منہ دھونے کا صابن (جو کہ عمدہ ناریل کے تیل کا بنا ہوا ہو) ایک پاؤ لے کر چاقو سے تراش لیں۔ بعد میں اس کو ایک سیر پانی میں ڈال کر نہایت ہلکی آنچ پر ابالیں۔ جب اچھی طرح حل ہو جائے تو چھ ماشہ سٹرونیلا آئیل ڈال کر دو تولہ سہاگہ بھی باریک پیس کر ملا دیں۔ اگر اور زیادہ عمدہ بنانا مقصود ہو تو دو چھٹانک ریٹھے کے چھلکے باریک پیس کر ان کو دو سیر پانی میں خوب ابالیں۔ زان بعد چھلکے کپڑے میں چھان کر پھینک دیں اور پانی میں دو تولہ سہاگہ اور حسب ضرورت خوشبو ملا کر بوتلوں میں بھر لیں۔ سر کے بالوں کو اس شیمپو واٹر سے دھونے پر بال صاف، ملائم اور دراز ہو جاتے ہیں ۔

سر کے بال جھڑتے ہوں تو اس کے لئے مندرجہ ذیل نسخہ کام میں لائیے :۔
پیرافین آئیل تین چھٹانک ۔ لیونڈر آئیل دس بوند۔ کینتھریڈس ٹنکچر دو ڈرام۔
اس مرکب کو صبح و شام اچھی طرح ملا کر سر پر لیپ کیا جائے۔ اگر آرام نہ ہو تو اس مرکب میں دو ڈرام بورکس اور ڈیڑھ پاؤ کافور کا پانی ملا دیا جائے ۔

دیسی مجرب فارمولہ۔ آملہ خشک پاؤ بھر۔ بالچھڑ ایک چھٹانک ۔ سفید چندن ایک چھٹانک ۔ پانڑی ایک چھٹانک ۔ خس ایک چھٹانک ۔ سگندھ بالا ایک چھٹانک ان سب کو کوٹ کر چھلنی سے چھان کر رکھ چھوڑیں۔ حسب ضرورت رات بھر بھگو رکھیں اور صبح اس سے سر دھوئیں ۔

دریگیا ۔ آدھ پاؤ دہی میں ایک تولہ ترپھلہ (ہرڑ ایک حصہ بہیڑا دو حصہ اور آملہ تین حصہ) ان تینوں کو کوٹ پیس کر چورن بنا لیں) کا چورن ملا کر غسل کے وقت سر پر ملنے سے چند ہی روز میں یقیناً یہ شکایت رفع ہو جاتی ہے۔ آزمودہ ہے ۔

ایک اور **ہیئر ٹانک** ۔ امونیا کا پانی ۔ بادام روغن ۔ کلوروفارم ایک ایک

چودھواں باب

بچّوں کا رکھ رکھاؤ

ماں کا فرض ہے، باپ کا فرض ہے، سبھی کا فرض ہے!

بچّوں کے گال گلابی ہوں۔ آنکھیں چمکتی ہوں۔ جلد نرم اور چکنی ہو۔ اعضاء سخت ہوں۔ جسم قوی ہو۔ وُہ ٹھیک وقت پر کھانا کھائے۔ خوب کھیلے کُودے، گائے بجائے۔ ہر وقت ہنسے ہنسائے اور کبھی بیمار نہ پڑے۔ کبھی اُسے کوئی دُکھ درد نہ ہو۔ مُنہ بند کر کے سانس لے۔ اس کی آنکھ، ناک اور کان سے پانی نہ بہے۔ ہر مہینے میں اُس کا وزن بڑھے۔ اس کی لمبائی مناسب اور موزوں ہو؛ وہی بچّہ تندرست و توانا ہے۔ وہی بچّہ ماں باپ کے لئے باعثِ ناز ہے۔ وہی بچّہ مُلک اور قوم کی اُمید ہے۔ اِس لئے بچّے کی صحت اچھی رکھئے۔ بچّے کو کبھی بیمار نہ پڑنے دیجئے!

بچّہ بیمار نہ ہوگا تو اُس پر ہونے والا خرچ بچے گا۔ ماں باپ پریشانی اور تکلیف سے بچیں گے۔

بچّے میں اچھی صحت کی بنیاد پڑے گی۔ وُہ صحت مند اور تندرست و توانا اِنسان بنے گا اور چست و چالاک رہے گا۔

مُلک اور قوم کی بیش از بیش خدمت کریگا۔ ماں باپ اور مُلک و قوم کا سر اونچا کرے گا!

بچّہ کیا چاہتا ہے؟

رہنے کو صاف اور ستھرا گھر۔ آزاد اور خوشحال گھر۔ ہوادار اور روشنی والا گھر۔ کھلا اور لمبا چوڑا گھر۔ باغ باغیچوں والا گھر۔ خوشبودار اور سہاونا گھر۔

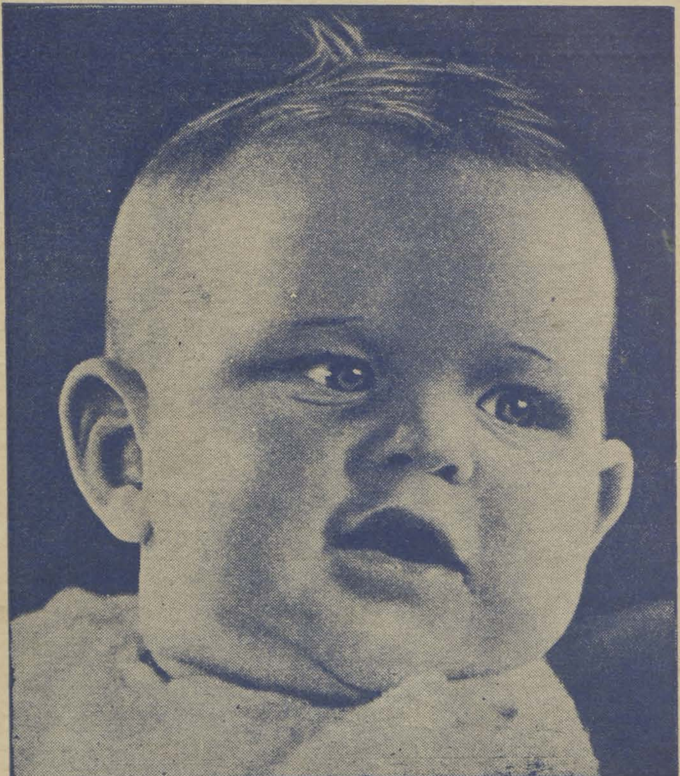
پہننے کو صاف ستھرے کپڑے۔ سیدھے سادے اور سہاونے کپڑے، ڈھیلے ڈھالے اور دل پسند کپڑے۔ تن اور من کو آزادی دینے والے کپڑے۔

کھانے کو سادہ اور سواد والی غذا۔ دودھ، دہی اور مصری والی غذا۔ ماں کے ہاتھوں بنی مٹھاس والی غذا۔ ساگ سبزی اور پھل پھول والی غذا۔ تازہ اور طاقت دینے والی غذا۔ وقت پر ملنے والی غذا۔ پیار سے کھلائی جانے والی غذا۔ ہلکی اور ہاضم غذا۔

کھیلنے کو اچھے اور بھلے ساتھی۔ صاف ستھرا آنگن۔ لمبا چوڑا اور کھلا میدان۔ ہرا بھرا اور سہاونا میدان۔ طرح طرح کے دیسی کھیل۔ میدان کے کھیل اور گھر کے کھیل۔ صحت اور طاقت دینے والے کھیل۔ میل ملاپ بڑھانے والے کھیل۔ شریف اور بہادر بنانے والے کھیل۔ سیدھے، سودیشی اور سستے کھیل۔

پڑھنے کو اچھی اچھی کتابیں۔ آسان، خوبصورت اور سستی کتابیں۔ بڑے بڑے حروف والی کتابیں۔ چھوٹے چھوٹے مضمونوں والی کتابیں۔ طرح طرح کی باتوں والی کتابیں۔ باغ باغیچوں کی سیر کی کتابیں۔ کیڑوں پتنگوں کی باتیں بتانے والی کتابیں۔ چڑیا گھروں اور عجائب گھروں کی کتابیں۔ مختلف ملکوں کا حال بتلانے والی کتابیں۔ مہا پرشوں کے جیون کی کتابیں۔ دل کو گدگداتے والی کتابیں۔ دل کو اونچا اٹھانے والی کتابیں۔

سونے کو پُرسکون اور ہوادار گھر۔ صاف ستھرا اور کھلا گھر۔ ڈھول اور



"میری ماں ہمیشہ زود ہضم اور مقوی غذائیں مقررہ وقت پر کھاتی ہے۔ یہ نہیں کہ ہر وقت جو جی میں آ جائے وہی کھائے جس قدر اسکی طاقت ہے اسی کے مطابق کام کرتی ہے۔ زیادہ محنت و مشقت سے ناقابلِ برداشت تکان نہیں پیدا کر لیتی۔ میری پیدائش کے وقت زچہ خانہ میں قابل اور لائق لیڈی ڈاکٹروں کی خدمات حاصل کی گئی تھیں جاہل غیر تربیت یافتہ دائیوں کو نزدیک نہیں پھٹکنے دیا تھا۔ میرا مکان نہایت صاف روشن اور ہوا دار ہے۔ تاریکی نمی اور کثافت سے پاک ہے۔ میری ماں (گھڑی کا وقت دیکھ کر) پوری باقاعدگی کے ساتھ صبح ۶ بجے سے رات کے ۹ بجے تک ہر تین گھنٹہ کے وقفے کے بعد دودھ پلاتی ہے نہ کہ جب روتا ہوں اسی وقت چھاتی سے لگا لیتی ہے —— وہ مجھے بازاری نکما دودھ یا ڈبوں کا دودھ نہیں پلاتی بلکہ اپنی چھاتی کا تازہ اور شیریں دودھ پلاتی ہے۔ کیونکہ وہ دیگر تمام غذاؤں سے بہترین اور طبیعت کے موافق ہے۔ اس لئے بدہضمی وغیرہ کی شکایت بھی نہیں ہونے پاتی۔



بچّے کے لئے اپنی ماں کا دُودھ بہترین غذا ہے۔ اُوپر کا دُودھ پینے والے بچّے ماں کا دُودھ پینے والے بچّوں کے مُقابلے میں زیادہ بیمار ہوتے ہیں۔ ماں کا دُودھ، صاف، شیریں اور خوش ذائقہ ہوتا ہے۔ اُس کا درجہ حرارت بچّے کے لئے قدرتاً موزوں ہوتا ہے۔ ماں کا دُودھ پینے سے بچّے کے جبڑے مضبوط ہوتے ہیں۔ اُس کے مُنہ کو خاصی ورزش کرنی پڑتی ہے، جس کے نتیجے میں چہرے کی طرف خون کی آمد و رفت زیادہ ہو جانے سے بچّے کی خوبصورتی اور تندرستی میں اضافہ ہوتا ہے۔ بوتل کا دودھ پینے والے بچّوں کو یہ فائدے نصیب نہیں ہوتے۔



جب بچہ سارے دانت نکال لے، تو اس کا دودھ چھڑا دینا چاہیئے۔ مگر دودھ چھڑانے کا عمل تدریجی ہو۔ یکبارگی دودھ چھڑا دینے سے بچے کو بہت تکلیف پہنچتی ہے۔ ابتدا اس طرح ہونی چاہیئے کہ اگر بچہ ۲۴ گھنٹوں میں ۵ دفعہ ماں کا دودھ پیتا ہو، اُسے ایک وقت کا دودھ بوتل سے پلانے کی کوشش کی جائے۔ چند روز کے بعد دو بار، پھر چند روز کے بعد تین بار، یہاں تک کہ ۶ سے ۸ ہفتے کے اندر اندر وہ ماں کا دودھ بالکل چھوڑ دے۔ یک لخت دودھ چھڑا دینے سے بچہ ضدی اور غصیل ہو جاتا ہے، وہ روتا ہے اور اوپر کا دودھ پینے سے انکار کر دیتا ہے۔ اگر جبراً پلایا جائے تو وہ اس انوکھے سلوک کے خلاف پوری قوت کے ساتھ بغاوت کرتا ہے۔ اس کی صحت پر اس کا اثر بُرا پڑتا ہے ؎



بچے کو پہلے دن ہی سے پانی پینے کا عادی بنانا چاہیئے۔ شروع شروع میں دن بھر میں تین، چار چھوٹے چمچے مختلف وقتوں میں کافی ہیں۔ بہتر یہ ہے کہ بچہ جب بھی سو کر اُٹھے، اُسے ایک چمچہ پانی پلا دیا جائے۔ پانی اُس کے معدے کو صاف رکھے گا۔ اُس کے جسم سے فاسد مواد نکالے گا۔ عموماً یہ سمجھا جاتا ہے کہ دُودھ پینے والے بچے کو پیاس نہیں لگتی، یہ غلطی ہے۔ دُودھ بچے کی پیاس نہیں بجھا سکتا، پانی ہی پیاس بجھا سکتا ہے۔ بچہ پانی کی کمی کی وجہ سے صحیح نشوونما نہیں پا سکتا۔ دُوسرے ہر وقت دُودھ پیتے رہنے سے اُس کا ہاضمہ بگڑ جاتا ہے۔

دھوئیں سے خالی گھر۔ مکھی مچھر سے خالی گھر۔ بدبُو سے دُور گھر۔ خوشبُو سے بھرپور گھر۔ اور۔۔۔۔

میٹھی میٹھی لوریاں گاتی ہوئی ماں، تھپکیاں دیتی اور سہلاتی ہوئی ماں۔ کہانیاں سُناتی اور ہنساتی ہوئی ماں۔ میٹھے میٹھے بول بول کر سُلاتی ہوئی ماں ؛

گھر میں بچّے کی حیثیت کیا ہے؟

گائے کے لئے گونڈی ہے۔ ماں کے لئے کمرہ ہے۔ گھوڑوں کے لئے گھڑسال ہے۔ باپ کے لئے بیٹھک ہے۔ کتّوں کے لئے پڑسال ہے۔ مہمانوں کے لئے مہمان خانہ ہے۔ جوتوں کے لئے طاق ہے کھانا پکانے اور رکھنے کیلئے باورچی خانہ ہے۔

بچّے کے لئے کہاں جگہ ہے؟

مکان بنواتے وقت کوئی سوچتا ہے کہ اُس میں بچّوں کے لئے کتنے کمرے کہاں کہاں رہیں گے؟

کرایہ کا مکان لیتے وقت بھی ہم نہیں سوچتے کہ اِس میں بالکوں کے کھیلنے کودنے لائق جگہ ہے یا نہیں؟ مالک مکان سے ہم دُوسرے درجنوں سوال پوچھتے ہیں۔ - گھر میں موری ہے یا نہیں؟ رسوئی گھر میں اُجالا رہتا ہے یا نہیں؟ سونے کے کمروں میں ہوا آتی ہے یا نہیں؟ نہانے کے لئے نلکا اور پیشاب پاخانے کے لئے ٹٹی ہے یا نہیں؛ اُوپر چھت پر برساتی ہے یا نہیں؟ وغیرہ وغیرہ۔ لیکن کیا کبھی کسی نے ابھی تک یہ پُوچھنے یا جاننے کی تکلیف اُٹھائی ہے کہ گھر میں بالکوں کے لئے کھیلنے، کودنے کی بھی جگہ ہے یا نہیں؟

کرایہ کا مکان لیتے وقت ہمیں بھلا اپنے بالک کیوں یاد آنے لگے، بالکوں کے لئے الگ جگہ کیسی؟ یہ خیال ہی ہمیں اُوٹ پٹانگ اور انوکھا معلوم دیتا ہے۔

سارا گھر اُنہی کا جو ہے؟ یہ اس میں رہیں، کھائیں پئیں اور موج کریں! گھر میں گھومنے پھرنے اور کھیلنے سے انہیں کون روکتا ہے؟

لیکن وہ کہاں گائیں؟ کہاں بیٹھ کر بات چیت کریں؟ کہاں کھیلیں؟ کہاں گھومیں؟ کہاں دوڑیں؟

رسوئی گھر میں جاتے ہیں تو ماں کی پریشانی بڑھتی ہے۔ اُس کا سارا انتظام مٹی ہو جاتا ہے۔ اگر ماں پوجا پاٹھ میں لگی ہے تو اُس کی پوجا میں خلل پڑتا ہے۔ بیٹھک میں بابوجی اخبار پڑھتے ملتے ہیں یا اپنے کسی مؤکل کا کیس تیار کرتے ہوتے ہیں یا کسی مریض کو دیکھتے ہوتے ہیں یا میٹنگ میں ہونے والی اپنی تقریر کے نوٹ لکھ رہے ہوتے ہیں، وہاں بچّوں کو کھل کر کھیلنے کا موقعہ کوئی کیوں دینے لگا؟

گھر میں اپنے اور اپنے مہمانوں کے لئے میز، کرسی، چٹائی وغیرہ سب کچھ رکھتے ہیں لیکن بالکوں کے لئے خاص طور پر ایک ٹاٹ بھی ہم کبھی رکھتے ہیں کیا؟ بالک اپنے دوستوں اور ملاقاتیوں کو کہاں؟ کس پر بٹھائے؟

لیکن کیا ہم کبھی یہ جاننے کی بھی کوشش کرتے ہیں کہ ننھّے بالکوں کے بھی اپنے دوست ہوتے ہیں؟ دوست تو ہمارے اور آپ کے ہی ہو سکتے ہیں۔ ننھّے بچّے بھلا دوستی کو کیا سمجھیں! لیکن کبھی سوچا کہ ہماری دوستی مطلب کی ہوتی ہے جبکہ بالکوں کی بے غرضانہ ہوتی ہے!

ہمارے پاس اپنے گہنے کپڑے رکھنے کو الماریاں، پیٹیاں اور صندوق ہوتے ہیں۔ بالک اپنے کنکڑ، پتھر، سیپ اور سنکھ کہاں رکھیں؟ کیا اُن کے بٹورے ہوئے پنکھوں اور گڈّوں گڑیوں وغیرہ کو رکھنے کے لئے گھر میں کوئی الگ جگہ ہوتی ہے؟

سچ تو یہ ہے کہ بالک ہے کس گنتی میں؟ کتنے ایسے گھر ہیں جہاں بالک کے

قد کا خیال رکھ کر کھونٹیاں گاڑی جاتی ہوں؟ الماریوں کا بندوبست کیا جاتا ہو؟
ماں سوچتی ہے، آج یہ چیز پکے گی، اتنی مرچ پڑیگی، اتنی کھٹائی پڑیگی، یہ اس طرح پکے گا، وہ اُس طرح پکے گا۔ آج اتنے بجے کھائیں گے، اب اتنے بجے کھائیں گے۔ کتنی مائیں ایسی ہیں جو رسوئی بناتے وقت بالک کی پسند یا ناپسند کا خیال رکھتی ہوں۔ سوچتی ہوں کہ بالک کو کون چیز پسند آئے گی؟ کون چیز اُسے ہضم ہو سکے گی اور کون چیز نہیں؟

اِن کے ماں باپ کیسے ہیں؟

جب میں کسی بچے کو اِدھر اُدھر آوارہ گردی کرتے دیکھتا ہوں تو دل میں سوچتا ہُوں، اس کے ماں باپ کیسے ہیں جو بچّے کی صحیح تربیّت نہیں کرتے!
جب مَیں کسی بچے کی ناک بہتے، پھٹے کپڑے پہنے اور کپڑے کی آستینیں چُوستے دیکھتا ہُوں تو سوچتا ہوں کہ اِس کے ماں باپ کیسے ہیں جو اپنے خاندان کے چشم و چراغ کو صاف ستھرا رکھنے کا ذرا بھی خیال نہیں رکھتے!
جب میں کسی بچّے کو گالیاں دیتے، دھینگا مُشتی کرتے، لڑتے جھگڑتے اور کسی کو کچھ کھاتا ہُوا دیکھ کر گھُورتا دیکھتا ہُوں تو دِل میں سوچتا ہُوں، اِس کے والدین کیسے ہیں جنھوں نے اِسے اچھی عادتیں نہیں سکھائیں!
جب میں کسی بچّے کی آنکھوں اور پھوڑے پھنسیوں پر مکھیاں بیٹھی ہوئی دیکھتا ہُوں تو دِل میں کہتا ہُوں، اِس کے ماں باپ کیسے ہیں جو اپنے بچّے کے دُکھ، درد اور بیماری کا بھی خیال نہیں رکھتے! جنہیں زخم دھو کر مرہم لگانے کی بھی فرصت نہیں مِلتی!
جب میں کسی بچّے کو روتے ہوئے دیکھتا ہُوں تو دِل میں کہتا ہُوں، اِس

کے ماں باپ کیسے ہیں جو بچّے کو رونے کا موقع دیتے ہیں!
جب میں کسی بچے کو پٹتے ہوئے دیکھتا ہوں تو سوچتا ہوں کہ اِس کے ماں باپ کیسے ہیں، جنہیں اِس معصوم اور اپنے سے کمزور بچّے کو پیٹتے ہوئے ذرا بھی شرم نہیں آتی!
جب کوئی اپنے بچّے کو ڈراتا ہو تو مَیں سوچتا ہوں کہ اِس کے ماں باپ کیسے ظالم ہیں جو اپنے بچّے کے دِل میں بے بنیاد خوف پیدا کر کے اسے ہمیشہ کے لئے ڈرپوک اور بزدل بنا کر اس کی زندگی برباد کرتے ہوئے ذرا بھی مآل اندیشی سے کام نہیں لیتے!

غلط تربیّت

(۱) "کیوں رو رہے ہو سُوریش؟ کیا ہوا؟"
"میرے گھٹنے میں چوکھٹ کی کیل لگ گئی!"
"چوکھٹ کی کیل لگ گئی؟ اچھا چل، چوکھٹ کو ماریں"۔
"ہُوں! سُوریش کو تُو نے کیوں مارا؟ اب نہ مارنا۔ سمجھا؟" ماں نے جا کر چوکھٹ کو دو ہاتھ لگائے اور بیٹے سے بھی مارنے کو کہا۔
(۲) "ماتا جی! مجھے بڑے بھائی نے مارا!"
"بڑے بھائی نے مارا۔۔۔ ؟ چل تو میرے ساتھ، آیا ہے بھیّا کو مارنے والا!" ماں نے خود جھوٹ موٹ بڑے لڑکے کو گھونسے لگائے اور چھوٹے بچّے سے بھی لگوائے۔
چھوٹے بچّوں کی اس طرح دِلدہی و دلجوئی کر کے مائیں اپنے خیال میں ان کے ساتھ محبّت جتاتی رہیں لیکن درحقیقت اِس طرح شہہ دینا اُن کے ساتھ دشمنی

کرتا ہے۔ بچوں کے دلوں میں انتقام لینے کے جذبات کے بیج اس طرح بوئے جاتے ہیں۔ بچے کے دل میں ہمیشہ انتقام لینے کی خواہش رہتی ہے اور یہ خواہش کسی نہ کسی طرح، مناسب یا نامناسب طور پر مخالف سے انتقام لے کر ہی مطمئن ہوتی ہے۔ بچے نے کہا کہ چوکھٹ سے چوٹ لگ گئی تو کہنا چاہئے تھا کہ بہادر بچوں کو یوں ہی چوٹیں لگا کرتی ہیں۔ جاؤ ذرا سنبھل کر کھیلو۔ دوسری مثال میں بھی بچے کو سمجھا دینا چاہئے تھا کہ بڑے بھائی نے تمہیں مارا۔ انہیں نہیں مارنا چاہئے تھا۔ اچھا، اب چپ ہو جاؤ۔ میں بڑے بھائی سے پوچھوں گی اور منع کر دوں گی۔

بچے کے ساتھ ہر لمحہ ایسے برتاؤ کی ضرورت ہے جو اس کی ذہنیت اور اخلاق کو بگاڑ نہ دے۔ ہمیں ہمیشہ چھوٹی چھوٹی باتوں پر توجہ دینی چاہئے۔ اس لئے کہ ان کے متعلق آج کی بے پروائی کل خوفناک صورت اختیار کر لیتی ہے۔ بڑوں کی بڑی بڑی کمزوریاں بچپن ہی کی چھوٹی چھوٹی باتوں کی طرف سے بے پروائی برتنے کا انجام ہیں۔

اچھا نمونہ پیش کرو

ہم فضول ہی شکایت کرتے ہیں کہ بچے گھر میں بہت شور و غل مچاتے ہیں۔ اُن کی پیدائش ہی شور و غل کے ماحول میں ہوئی ہے۔ انہیں سکون کے لطف سے آشنا ہی نہیں کیا گیا۔ ماں باپ کا زور زور سے بولنا، پھیری اور خوانچہ والوں کی آوازیں، پاس پڑوس میں رہنے والوں کا شور و غل مشینوں اور کل پرزوں کی کھڑکھڑاہٹ اور گڑگڑاہٹ بچوں کو یہ سوچنے کا موقعہ ہی نہیں دیتی کہ سکون کسے کہتے ہیں؛ اور اس میں کتنا لطف ہے؟ اگر ہم خود یہ عہد کر لیں کہ گھر میں سکون قائم کرنا ہے تو بھی بہت کچھ ہو سکتا ہے۔ گھر میں ہم آہستہ بولیں، چیزیں آہستہ سے اٹھائیں رکھیں، چلنے پھرنے، اٹھنے بیٹھنے میں سلیقہ مندی سے کام لیں تو بچوں پر اس کا اچھا اثر

پڑ سکتا ہے۔ بچّے سے آپ جو کچھ بھی کروانا چاہیں، اُس پر خود بھی عمل کریں۔ بچّے بھی ویسا ہی خود کرنے لگیں گے اور پھر آپ کو اُنہیں کسی حکم کے دینے کی ضرورت نہ پڑے گی ❁

گھر کی چیزوں کے بارے میں ہم تو بے پروائی برتیں اور بچّے سے یہ اُمید رکھیں کہ وُہ اپنی ساری چیزیں سنبھال کر رکھے تو یہ کبھی ممکن نہیں۔ آپ چاٹ پکوڑی کھاتے ہوئے بچّوں کو چاٹ پکوڑی نہ کھانے کے لئے کیسے سمجھا سکتے ہیں؟ بچّے پر حکم کا اثر نہیں پڑتا لیکن مثال کا اثر ضرور پڑتا ہے۔!!

ہمدردی کا بھوکا

بچّہ ماں باپ کو اپنا سمجھ کر اُن کے پاس اُنہیں اپنا رونا سُنانے آتا ہے۔ وُہ اُن کی محبّت کا بھوکا ہوتا ہے۔ بچّہ گر پڑتا ہے۔ اُسے چوٹ لگ جاتی ہے اور وُہ اُوں اُوں کرتا ہوا آپ کے پاس آتا ہے۔ آپ کو اُسے تسلّی دینا چاہیئے لیکن آپ اُسے ڈانٹتے پھٹکارتے ہیں۔ اس طرح کی باتیں آپ کو زیب نہیں دیتیں۔ آپ بچّے کے ماں باپ ہیں۔ آپ ہی پر اُس کا بننا اور بگڑنا موقوف ہے۔ ماں باپ ہونے کی حیثیت سے آپ کی ذمّہ داری بڑی ہے۔ قدم قدم پر سمجھ بوجھ سے کام لینے کی ضرورت ہے۔ آپ کو غصّہ سے تو کبھی کام ہی نہ لینا چاہیئے۔ جب آپ اپنے دِل سے غصہ نکال دیں گے تو بچّہ کے ساتھ محبّت آمیز برتاؤ کر سکیں گے۔ میٹھی بولی بول سکیں گے اور بچّہ کی اُمیدوں کو ہری بھری ہونے کا موقعہ دیں گے۔ یہی آپ کو شوبھا بھی دیتا ہے۔ آپ ماں باپ بننے کے دعوے دار ہیں۔ بچّے کو ڈانٹنے پھٹکارنے کی بجائے آپ کو محبت سے کہنا چاہیئے کہ "اوہ! گر پڑے تو کیا ہوا! شیر تو گرا ہی کرتے ہیں۔ بہادر بنو اور رونا بند کرو۔ اِسی طرح دُوسرے کاموں کے لئے بھی ہمّت بڑھائیں

تو بچے کا حوصلہ بڑھ سکتا ہے۔ اپنی میٹھی اور پیاری بولی سے اُس کی زندگی کو سنواریئے ؏

بچوں سے بولنا سیکھیے!

ایسے نہیں - ا۔ "رکھ دے چاقو! ہاتھ کٹ جائے گا۔"

۲۔ "بھاگ جاؤ یہاں سے، کیسا شور مچا رکھا ہے!"

۳۔ "ارے مت جا اندھیرے میں! گر پڑیگا ہاتھ پاؤں ٹوٹ جائینگے۔"

۴۔ "کیا کرتا ہے؟ خبردار جو اُس چیز کو چھوا!"

۵۔ "ارے مت جلا دیا سلائی۔ ہاتھ پاؤں جلائے گا کیا؟"

۶۔ "چل ہٹ! یہ کُرسی تیرے لئے نہیں بنی ہے۔ تو اس پر بیٹھنا کیا جانے؟"

۷۔ "رکھ دے رے صابن! بڑا آیا ہے کپڑے دھونے والا! سارا صابن گھس گھس کر خراب کر دیگا!"

بلکہ ایسے - ا۔ "دیکھو چاقو اس طرح پکڑتے ہیں اور اس طرح چلاتے ہیں۔"

۲۔ "بھیا! اپنا کام چپ چاپ کرو۔ اور بھی کام کر رہے ہیں۔"

۳۔ "وہاں اندھیرا ہے۔ لو یہ لالٹین لے کر جاؤ۔"

۴۔ "تم یہ چیز لینا چاہتے ہو تو لو۔ ڈرو مت۔ میں تمہیں خود ہی دے رہی ہوں۔"

۵۔ "بیٹے! آؤ میں دیا سلائی جلانا بتاؤں۔ دیکھو اس طرح پکڑ کر، یوں جلاتے ہیں۔ کپڑوں کو ایسے بچائے رکھتے ہیں۔"

۶۔ "دیکھو اس کرسی پر اس طرح بیٹھو۔ اس پر اس طرح بیٹھتے ہیں۔"

۷۔ "دیکھو جی۔ کپڑے پر اتنا صابن لگاؤ اور مل مل کر دھو ڈالو۔"

جاہل ماں

"ماں! یہ دیکھو، میں نے گھر بنایا۔ آ کر ذرا دیکھ لو نا"
"چل ہٹ! مجھے کام کرنا ہے، میں نہیں دیکھتی"
"ماں، ماں! ایک گانا سناؤں؟ میں نے ابھی ریکارڈ سنا ہے"
"اوہو! بابوجی نے ریکارڈ سنا ہے! جا بھاگ کسی اور کو سنا"
"ماں، ماں! دیکھو، کیسی اچھی تصویر ہے! اسے فریم میں لگوا دو۔ اپنے کمرے میں لگاؤں گا"
"کمرے میں لگاؤں گا! بڑا آیا ہے تصویر لگانے والا۔ چل بس یہی باتیں کرتا رہتا ہے"
"ماں! مجھے سیر کرانے لے چلو گی؟"
"مجھ سے مت بول۔ بس میں تو تیرے ہی کام کی ہوئی۔ مجھے اور تو کچھ کام ہی نہیں۔ چل ہٹ!"
"ماں! آج تو میں اپنے دوستوں کو بلاؤں گا۔ اچھی اچھی چیزیں پکاؤ گی نا؟"
"ہاں کیوں نہیں! تیرے باپ نے خزانہ لا کر دے دیا ہے نا۔ کوئی ضرورت نہیں ہے انہیں بلانے کی!"
"ماں، ماں! آج تو کہانی سنا دو"
"کیوں جان کھائے جاتا ہے؟ کہانیوں سے ہی تو پیٹ بھرے گا۔ جا میں نہیں سناتی"
"ماں! آج تو میں بھی تمہارے ساتھ کھیتوں میں جاؤں گا"
"آ گئی نہ گئی۔ پہلے ہی ٹوک دیا۔ تیرا کیا وہاں اچار پڑے گا؟ دُم کی طرح لگا

رہتا ہے ہر دم ساتھ۔"

جھوٹے وعدے

۱۔ "یہاں آؤ۔ تمہارے بال سنوار دوں۔ پھر مجھے رمیش کی ماں کے ہاں گیتوں میں جانا ہے۔"

"لیکن ماتا جی! آج تو تم مجھے سیتلا مندر دکھانے لے چلوگی نا؟"

"ہاں تم سے کیا تو تھا۔ لیکن رمیش کی ماں آئی تھیں اور میں نے اُن سے وعدہ کر لیا ہے کہ گیتوں میں آؤں گی۔"

"لیکن پہلا وعدہ تو تم نے مجھ سے کیا تھا سیتلا مندر لے چلنے کا۔"

"پھر کیا ہوا؟ اب کیا کروں؟ رمیش کی ماں سے جو کہہ چکی ہوں۔ وعدہ کیسے توڑوں؟"

"تو کہا تو مجھ سے بھی تھا۔ کیا میرے ساتھ کئے ہوئے وعدے کو توڑ دوگی؟"

"لیکن رمیش کی ماں کا وعدہ؟"

"اور میرا وعدہ ——؟"

۲۔ "پتا جی! چلئے کہانی سنائیے۔"

"نہیں، مجھے دنیش بابو کے ہاں جانا ہے۔"

"واہ! آپ نے کہانی سنانے کا وعدہ کیا تھا۔"

"کیا تو تھا۔ لیکن دنیش بابو کو زبان دے آیا ہوں۔"

"لیکن آپ زبان تو مجھے بھی دے چکے تھے۔"

"لیکن دنیش بابو تو بُرا مان جائیں گے۔ میری راہ دیکھتے رہیں گے۔"

"اور میں ——؟"

"جب زبان دے آیا ہوں تو جانا ضروری ہے۔"

"اور مجھے زبان دینا کوئی بات نہیں؟"

"لیکن دنیش بابو پتہ نہیں کیا سوچیں گے۔"

"تو میں کیا سوچوں گا؟"

بچّے سب کچھ سمجھتے ہیں!

سورلیش۔ "آج میری ماتا جی نے اپنی سہیلی سے جھوٹا بہانہ کر دیا "مجھے بخار آتا ہے۔ میں نہیں چلوں گی۔"

رموٗ۔ "میرے بابوجی نے بھی یہی کیا۔ آنے والوں سے کہا "آج میں گاؤں چلا گیا تھا۔ لیکن بابوجی تھے گھر پہ ہی۔"

کملا۔ "میری ماتا جی ایک دن ڈاکٹر کے ہاں جانے کا بہانہ کر کے گیتوں میں چلی گئیں۔"

بملا۔ "میرے بابوجی نے پھلوں کو کہیں چھپا کر کہہ دیا۔ انہیں بندر لے گیا۔ اور وہاں ایک بھی بندر نہ تھا۔"

شیلا۔ "میری ماتا جی بابوجی کے سامنے تو بیمار بن جاتی ہیں اور بعد میں ہنس ہنس کر کھاتی پیتی ہیں۔"

نربدا۔ "میرے بابوجی نے کل دفتر چھٹی بھیج دی کہ میں سخت بیمار ہوں۔ سات دن نہ آسکوں گا۔"

سوشیلا۔ "میری ماتا جی نے آنو تو دو پیسے کے منگائے اور بابوجی سے کہا۔ چار پیسے کے منگائے۔"

پریم۔ "میرے بابوجی نے ایک دن ریل گاڑی میں ٹکٹ بابو کو میری عمر غلط بتا دی۔"

عقل سے کام لیجئے!

بچے کے سامنے کوئی ایسا مظاہرہ نہ کرو جو تم اُس میں دیکھنا نہیں چاہتے۔ غصے والی ماں کا بچہ غصے والا ہوتا ہے۔ جھوٹی ماں کے بچے کبھی سچے نہیں ہو سکتے۔ وہ والدین بچوں پر ظلم کرتے ہیں جو اُن کے رُوبرو پڑوسیوں کے متعلق خراب باتیں کرتے ہیں یا اپنے دشمنوں کی بدگوئی کرتے ہیں یا بدکلامی کرتے ہیں۔ اس بات کو پتھر کی لکیر سمجھو کہ بچے اپنے گھر کے کرّہ ہوائی سے بہتر نہیں بنائے جا سکتے۔ لہٰذا اچھی اولاد کے خواہشمند والدین کو اچھا گھر بنانا پڑے گا۔ صاف گھر، خوبصورت، پُرامن اور پُر اخلاق گھر۔

بچہ دوات پلٹ دیتا ہے یا اُس سے بوتل ٹوٹ جاتی ہے تو اُس وقت آپے سے باہر ہو کر گالیاں مت دو، نہ پیٹو اور نہ تنگ آ جاؤ۔ جو ہونا تھا سو ہو گیا۔ ماتھے پر شکن تک نہ آنے دو۔ موقعہ کے مطابق ایک ملائم اور مختصر سا لیکچر کر دو۔ اور ایسا ہرگز محسوس نہ ہونے دو کہ اس چیز کے ٹوٹنے سے تمہارا من خراب ہو گیا ہے۔ اپنے آپ کو نقصان سے ہمیشہ بلند ظاہر کرو۔ بچے کو کبھی شرمندہ کرنے کا خیال تک دل میں نہ لاؤ۔ اُسے صرف یہ ذہن نشین کرا دو کہ ایسی غلطیوں سے کیسے بچنا چاہیئے۔

اپنے بچوں کو گھر کے فیصلوں میں رائے دہندگی کا حق دینا نہایت مفید ثابت ہوگا۔ خانگی کاموں کی تقسیم چھٹیاں منانے کی تجاویز میں ہی نہیں بلکہ گھر کے بجٹ بنانے میں بچوں کی رائے لینا چاہیئے۔ ایسا کرنے سے بچوں میں خودداری کا جذبہ بڑھتا ہے اور ان میں ذمہ داری کا احساس پیدا ہوتا ہے۔ بُری عادات سے بچانے کا اعلےٰ علاج یہی ہے کہ بچوں کو کوئی نہ کوئی ذمہ داری دے کر اُن کی

خودداری بڑھائی جائے۔ خود دار بچّے کم ہی خراب راستہ اختیار کرتے ہیں ؀

اگر تمہارے بچّے جھُوٹ بولتے ہیں تو اِس کے صرف دو ہی اسباب ہو سکتے ہیں۔ یا تو تم خود جھُوٹ بولتے ہو یا تم اُنہیں پیٹتے اور ڈانٹتے ہو۔ جو بچّہ پیٹا جاتا ہے، وہ راست گو نہیں ہو سکتا۔ بچّے کا دِل اُسی وقت جھُوٹ بولنے کو چاہتا ہے جب تم اُسے اپنی بے صبری کا ثبوت دیتے ہو۔ وہ توہین اور رسوائی برداشت نہیں کر سکتا۔ اس لئے جھُوٹ بول کر سرخرُو ہونے کی کوشش کرتا ہے۔ اگر بچپن میں تم اُنہیں جھُوٹ بولنے کا موقعہ ہی نہ دو، تو بڑے ہو کر وہ قدرتی طور پر سچ بولیں گے ؀

بچّہ رُوٹھ جائے تو

(۱) صبر اور استقلال سے کام لیجئے (۲) اُس کی نقل نہ اُتاریئے۔ (۳) اُس کو ماریئے نہیں، کھجائیے نہیں اور اُس کو گود میں اُٹھا کر، پُچکار کر یا گدگدا کر منایئے نہیں۔ (۴) اُس کے رُوٹھنے کا کسی سے ذکر نہ کیجئے۔ (۵) اُس کے رُوٹھنے پر اُس کا مذاق نہ اُڑایئے۔ (۶) رُوٹھ کر اگر پڑا رہے یا کسی کونے میں مُنہ دلوچ کر جا بیٹھے تو چھیڑیئے نہیں۔ (۷) رُوٹھ کر آپ کو ہاتھ سے مارے یا آپ کے کام میں رُکاوٹ ڈالے یا توڑ پھوڑ کرے تو اُٹھا کر دُور بٹھا دیجئے اور آرام سے سمجھا دیجئے کہ جب مجھ سے ہنس کر بات کرنا چاہو تب میرے پاس آنا، تب تک یہیں بیٹھے رہو۔ (۸) اُسے یہ پتہ نہ لگنے پائے کہ آپ اُس کے رُوٹھنے سے پریشان ہیں۔ (۹) اُس کو سمجھا دیجئے کہ اُس کے رُوٹھے رہنے تک، جو چیز وہ چاہتا ہے اُسے نہیں ملے گی۔ اپنی اِس بات پر آخر تک قائم رہئے۔ (۱۰) اگر رُوٹھ چکے اور ٹھیک ڈھنگ پر آجائے تو اُس سے مُعافی مانگنے کو نہ کہیئے ؀

ایک دو بار بچہ رُوٹھے گا۔ مگر جب وہ دیکھے گا کہ اُس کے رُوٹھنے کی کوئی پرواہ نہیں کرتا، اُس سے کوئی نہیں بولتا، اُس کی کوئی خوشامد بھی نہیں کرتا اور اُس کے رُوٹھنے سے کوئی نتیجہ نہیں نکلتا اور جو چیز وہ چاہتا ہے وُہ بھی نہیں ملتی تو وُہ پھر رُوٹھنا چھوڑ دے گا ؛

جب کبھی بچے آپس میں لڑ پڑیں تو اُن کو ایک دُوسرے کے سامنے مُنہ کر کے بٹھا دیجئے اور اُنہیں کہیئے ۔" تم ایک دُوسرے کی آنکھوں کی طرف دیکھو لیکن ہنسو بالکل نہیں۔ ایسا کرنے پر وُہ تھوڑی دیر میں ہنس پڑینگے اور اُن کی لڑائی ختم ہو جائے گی ؛

ماں کی چھوٹی چھوٹی غلطیوں کے مُہلک نتائج

(۱) جاڑے کا موسم تھا۔ سردی خوب پڑ رہی تھی۔ شیاما نے اپنے چھوٹے بچے کے جھُولتے ہوئے جھُولے کے پاس گرمی کے لئے آگ سے بھری انگیٹھی رکھ دی۔ اُس نے یہ نہیں دیکھا کہ جھُولے سے کپڑا تو نہیں لٹک رہا ہے یا جھُولے کی ڈوری تو انگیٹھی کو نہیں چھُوتی۔ انگیٹھی رکھ کر وُہ باہر چلی گئی۔ جھُولے میں پڑے بالک کو جو کپڑا اوڑھایا گیا تھا، اُس کا ایک سرا باہر لٹک رہا تھا۔ بچے کے پاؤں چلانے سے وُہ کپڑا اَور بھی لٹک گیا اور انگیٹھی میں جا پڑا اور جلنے لگا۔ اُس سے جھُولے کو بھی آگ لگ گئی۔ بڑی لپٹیں اُٹھیں۔ لوگ دوڑے مگر بچہ جل کر بھرتہ ہو گیا اور ہزار دارو کرنے پر بھی اچھا نہ ہُوا !

(۲) ساون مہینے میں سیتمی کے دِن موتی اپنی چھوٹی بچی کو لے کر دیوی کے درشن کرنے گئی۔ عورتیں اُس دن عموماً ٹھنڈے پانی سے نہاتی اور باسی کھانا کھاتی ہیں۔ راستے میں دریا پڑتا تھا۔ موتی نے خود اُس میں ڈبکی لگائی اور

اُس چھوٹی بچّی کو بھی "جے بھگوتی" کہہ کر ٹھنڈے پانی میں دو چار بار ڈوبا دیا۔ ہوا زور سے چل رہی تھی، اُس پر ٹھنڈے پانی میں نہلانے سے اُسے بڑی سردی لگ گئی اور وُہ دو چار دن میں ہی لُقمۂ اجل ہو گئی!

(۴۱)، پاربتی کو جب لڑکا پیدا ہوا تو اُس وقت اُس بالک کے پیٹ کی مَیل اچھی طرح صاف نہ ہوئی۔ اِس سے اُس کا پیٹ درد کرتا رہتا تھا اور اس تکلیف سے بالک رویا کرتا تھا۔ بالک کے روتے رہنے سے پاربتی کی نیند میں خلل پڑتا اور وُہ مندر یا کہیں بیٹھنے اُٹھنے کے لئے بھی نہیں جا پاتی تھی۔ اِس پر اُس کا دِل اُکتا گیا۔ اور اُس نے بالک کو وَئید یا ڈاکٹر کو دکھانے کے بدلے افیم کھلانا شروع کر دیا۔ افیم کے نشہ میں بالک چُپ چاپ سُست پڑا رہتا تھا۔ آہستہ آہستہ بالک کا بدن سُوکھنے لگا۔ لیکن پاربتی کے دھیان میں یہ بات نہیں آئی۔

پاربتی افیم اِکٹھی منگا لیا کرتی تھی اور دُودھ میں گھول کر بچّے کو پلاتی تھی۔ ایک دِن وہ دُودھ میں افیم گھول رہی تھی۔ اِتنے میں جلدی کا کام یاد آ جانے سے دُودھ کو وہیں رکھ کر باہر چلی گئی۔ جب کام کر کے واپس آئی تو گھلی ہوئی افیم بالک کو پلانے بیٹھی۔ مگر اِتنی دیر میں تمام افیم دُودھ میں گُھل چکی تھی اور اِس بات کا اُسے کچھ بھی خیال نہیں رہا۔ اُس نے وہ دُودھ بچّے کو جوں کا توں پلا دیا۔ نتیجہ یہ ہوا کہ پاربتی نے صرف دس منٹ میں ہیرے جیسا بچّہ کھو دیا!

(۴۲)، کملا دیوی کا لڑکا رات کے وقت رونے لگا۔ اُچاٹ ہو جانے پر کملا نے جھلّا کر بچّے کو بچھونے کے پاس ہی بندھے ہوئے جھُولے میں سُلا دیا اور آپ ڈوری سے کھینچ کر جھُلانے لگی۔ جھُولے میں پڑا ہوا نادان بالک زور سے رویا اور تھوڑی دیر بعد اَور زور سے رونے لگا۔ جیسے جیسے وُہ زیادہ روتا تھا، ویسے ویسے کملا اُسے اَور بھی زیادہ جھُلاتی تھی۔ کملا نے اُس کے رونے کا سبب

دریافت نہیں کیا اور بچّہ روتے روتے آپ ہی چُپ ہو گیا۔ کملا سویرے جب بچّے کو اُٹھانے لگی تو بالک کی صرف لاش ہاتھ لگی اور جھُولے میں ایک زہریلا بچھّو دِکھائی پڑا۔ بچّے کے جسم پر بچھّو کے بہت سے ڈنک تھے۔ اُنہی ڈنکوں کے درد سے وہ چیختا چیختا مر گیا تھا!

(۵) گلاب دیوی اپنی لڑکی کو دُودھ پلانے بیٹھی۔ مگر لڑکی نے دُودھ نہیں پیا۔ اِس پر وُہ دُودھ کو وہیں کھُلا چھوڑ کر لڑکی کو لے کر چلی گئی۔ اُس کے جانے کے تھوڑی دیر بعد دُودھ میں اُوپر سے چھپکلی کی رال گر پڑی۔ تھوڑی دیر بعد گلاب دیوی نے وہی دُودھ لڑکی کو پلا دیا۔ گھنٹے دو گھنٹے کے اندر ہی لڑکی کے جسم میں زہر پھیل گیا اور وُہ چل بسی!

(۶) جانکی اپنی لڑکی کو شکّر ملا ہُوا دُودھ پلا کر بغیر مُنہ دھوئے ہی بچھونے میں سُلا کر کام کرنے چلی گئی۔ کچھ دیر بعد ایک چیونٹی لڑکی کے ہونٹ میں جا لگی دھیرے دھیرے بہت سی چیونٹیاں چڑھ گئیں اور لڑکی کے مُنہ کے آس پاس اور اندر گھُس کر کاٹنے لگیں۔ تھوڑی دیر بعد بہت سے بڑے بڑے کیڑے بھی چڑھ گئے اور کاٹنے لگے۔ لڑکی رونے اور چیخنے لگی۔ جانکی نے آکر دیکھا تو لڑکی کے مُنہ کے آس پاس اور مُنہ کے اندر بے شمار کیڑے اور چیونٹیاں بھری پڑی تھیں! بڑی مشکل سے مُنہ کو صاف کیا۔ بہت سے کیڑے چھُڑاتے وقت ٹوٹ گئے تو بھی اُنھوں نے کاٹے ہوئے مقام کو نہیں چھوڑا۔ اِس سے اُس ننھی بچّی کو بہت تکلیف اُٹھانی پڑی!

(۷) تارا نے اپنی ۶ سالہ لڑکی کو گرمی کے دنوں میں ایک روز سر نہلا کر سُلا دیا۔ بال سُوکھنے نہیں پائے تھے، اِس لئے بالوں کو کھُلا رکھ تکیئے کے پاس نیچے لٹکا دیا۔ لڑکی جس کھٹولے پر سُلائی گئی تھی، اُس کے پائے بہت ہی چھوٹے تھے۔ اِس

لئے لڑکی کے بال نیچے تک لٹک رہے تھے۔ آدھی رات کے وقت گھر میں ایک سانپ نکلا اور اتفاق سے وُہ کھٹولے کے پاس آیا اور لٹکتے ہوئے بالوں سے اُوپر چڑھ کر سوئی ہوئی لڑکی کے ماتھے پر ڈس گیا۔ وہ بچاری سوتی ہی رہ گئی!

(۸) کرشنا کماری جیسے آپ گہنے پہنتا خوب چاہتی تھی، ویسے بالک کو بھی زیور پہنانے کا بڑا شوق رکھتی تھی۔ اِس لئے اپنے تین سال کے بالک کو نہ جانے کتنا گہنا پہنا دیا تھا۔ ایک دن لڑکا کھیلتے کھیلتے گھر کے باہر چلا گیا۔ ڈھونڈنے پر بھی شام تک اُس کا کچھ پتہ نہ چلا۔ تھانہ میں اطلاع دی گئی اور اُس کے رشتہ دار و جان پہچان کے سب لوگ کھوجنے لگے۔ دُوسرے دن شام کے وقت ایک کنوئیں میں اُس کی لاش ملی۔ لاش پر زیور ایک بھی نہ تھا۔ بہت کھوج کرنے پر پولیس نے اُس بدمعاش کا سُراغ نکالا جس نے زیور کے لالچ میں پڑ کر بالک کو مار کر کنوئیں میں پھینک دیا۔ قاتل پکڑا گیا اور اسے مناسب سزا دی گئی۔ مگر کرشنا کو اُس کا لڑکا واپس نہ ملا ۔

(۹) رام پیاری اپنی ۵ سالہ لڑکی کو گود میں بٹھا کر پیار کرتی اور اُس کا کان پکڑ کر کہتی کہ "تجھے اِس کان میں جھمکے پہناؤں گی، اسی میں بالی"۔ ایک دِن کان چھیدنے والا آیا۔ رام پیاری نے اپنی لڑکی کے ایک ایک کان میں سات سات چھید کروائے۔ لڑکی درد کے مارے رونے اور لوٹنے لگی۔ تب رام پیاری نے اُسے پکڑنے کے لئے پڑوسن کو مدد کے لئے بلایا۔ تیچھے سے دونوں کان پک گئے۔ اُن کی لسی سے سر اور تمام جسم پر پھنسیاں ہوگئیں اور چھ مہینے تک دُکھ اُٹھا کر وہ مر گئی!

(۱۰) چمپا کہتی تھی کہ میرا بالک مجھے بہت پیارا ہے۔ ایک دن وُہ اُسے کھلا رہی تھی۔ کھلاتے کھلاتے وہ کھڑی ہوگئی اور بچے کو دونوں ہاتھوں سے

اُچھالنے لگی۔ ایک بار بالک ہاتھ میں نہ آکر اچانک نیچے گر گیا۔ نیچے پختہ فرش تھا۔ اِس لئے زور کا دھماکا لگنے سے بالک بیمار پڑ گیا اور بہت تکلیف اُٹھا کر آخر کو مر گیا!

(۱۱) کوشلیا اپنی لڑکی کو کھٹولے میں سُلا کر کام میں لگ گئی۔ کھٹولے کے پاس ہی دیوار میں ایک آلہ تھا اور اُس میں ساگ بھاجی کاٹنے والی ایک تیز چھری رکھی ہوئی تھی۔ تھوڑی دیر بعد گھر میں ایک بلّی آئی اور اُس آلے میں چڑھ گئی۔ وہاں سے نیچے کودتے وقت وہ چھری سوئی ہوئی لڑکی کے پاؤں پر گر پڑی اور اُس کی چوٹ سے لڑکی کا پاؤں کٹ گیا!

(۱۲) لاجونتی نے اپنی لڑکی کے جھولے میں کوڑیوں کا گُتھا ہُوا ایک جھنجھنا باندھا۔ لڑکی سوتے سوتے جب اُٹھی تو لاجونتی نے وہ جھنجھنا اُس کے ہاتھ میں دے دیا۔ اور آپ کام میں لگ گئی۔ کھیلتے کھیلتے جھنجھنے میں سے ایک کوڑی ٹوٹ گئی اور اُسے لڑکی نے اپنے مُنہ میں رکھ لیا۔ کوڑی چکنی تھی، اِس لئے مُنہ میں پڑتے ہی گلے میں جا کر اٹک گئی۔ اِتنے میں لاجونتی وہاں آپہنچی۔ لیکن کوڑی کسی طرح بھی نہ نکلی۔ اور لڑکی آخرکار مر گئی!

(۱۳) ست وتی اپنے بچّے کو لے کر اپنے میکے جا رہی تھی۔ ریل میں کھڑکی کے پاس بالک کو لے کر بیٹھ گئی۔ اور پاس بیٹھی ہوئی عورتوں سے باتیں کرنے لگی۔ تھوڑی دیر بعد گارڈ نے سیٹی دی اور سٹیشن کے پورٹروں نے آواز دی کہ ہاتھ سنبھالو، سامان سنبھالو۔ مگر بات چیت کی دُھن میں مست ست وتی نے اُس طرف کچھ توجہ ہی نہیں دی۔ بس پھر کیا تھا۔ کھڑکی کے بند ہونے کی آواز کے ساتھ لڑکا بڑے زور سے چلّا اُٹھا۔ دیکھنے سے معلوم ہُوا کہ بچارے کا ہاتھ کھڑکی میں دب جانے سے کلائی کے پاس سے کٹ گیا ہے اور اُس سے خُون بہ رہا ہے۔ ڈاکٹر کو دکھایا۔

اور اُس نے ہاتھ کی کلائی کو کاٹ کر الگ کر دینا ہی ٹھیک سمجھا۔ لہٰذا اُس بے گناہ اور انجان بالک کا ہاتھ کاٹ کر پھینکنا پڑا!

(۱۴) پڑوس میں بیاہ تھا۔ لچھمی کو ڈھولک پر گانے کا بہت شوق تھا۔ مگر اُس کے بالک کے کان میں درد ہو رہا تھا۔ خاوند نے کہا تھا کہ کان میں دوا کی بوندیں ڈال کر چلے جانا۔ گانے کی آواز کان میں پڑتے ہی لچھمی کو بڑی جلدی مچی۔ جلدی میں اُس نے کان کی دوا کی شیشی کی بجائے تیزاب کی شیشی کھول کر تیزاب کی بوندیں بچے کے کان میں ڈال دیں۔ پہلی بوند پڑتے ہی بچہ چلایا۔ مگر لچھمی کو گانے کی مچی ہوئی تھی۔ اس لئے اُس نے بالک کے رونے پر بھی کچھ دھیان نہ دیا اور بہت سی بوندیں ڈال دیں۔ بچہ عمر بھر کے لئے بہرہ ہو گیا!

(۱۵) کرم دیوی نے اپنی دو برس کی لڑکی کو کھیلنے کے لئے داتن دی۔ لڑکی داتن کو منہ میں ڈال کر ادھر سے اُدھر دوڑنے لگی۔ دوڑتے ہوئے لڑکی منہ کے بل گر پڑی۔ داتن تالو میں گھس گئی۔ خون بہت نکلا۔ بچاری کئی دن تک بستر پر تڑپتی رہی!

ماں کی ناسمجھی، بے احتیاطی اور غلطیوں کی جو مثالیں اُوپر دی گئی ہیں، ایسی یا ان سے ملتی جلتی ہزاروں غلطیاں ہُوا کرتی ہیں۔ غریب، بے بس، بے زبان اور معصوم بچے کچھ شکایت کر ہی نہیں سکتے۔ لیکن اس سے یہ نہ سمجھ لینا چاہئے کہ انہیں کوئی شکایت ہی نہیں ہے۔ ماں کی غلطی اور لاپروائی کے باعث ان بچاروں کو چپ چاپ دُکھ بھوگنا پڑتا ہے۔

پندرھواں باب

بچّوں کی بیماریاں اور اُن کا علاج

بچّوں کا مُنہ آنا۔ سہاگہ بریان شہد میں ملا کر اُنگلی سے لگائیں یا طباشیر، کتھہ، اِلائچی خورد پیس کر مُنہ میں چھڑکیں۔

بچوں کا نوبتی بخار۔ شیر خوار بچّوں کو باری سے دو گھنٹہ پہلے بچّہ کے ہاتھ کی دونوں ہتھیلیوں اور پاؤں کے تلوؤں پر روغن تارا میرا چُپڑ دیویں۔ اُسی روز آرام ہوگا۔

بچّوں کی کھانسی و بخار۔ کاکڑا سینگی، اصل السوس، کچور، سہاگہ بریاں، باؤبڑنگ، فلفل گرد، گاؤزبان، بہیدانہ، نمک سفید ہر ایک چار ماشہ۔ کوٹ چھان کر گمروندہ کے پانی میں چنے کے برابر گولیاں بناویں تاکہ خشک ہو کر سیاہ مرچ کے برابر رہ جاویں۔ خوراک ایک گولی صبح، ایک شام شیرِ مادر میں حل کر کے استعمال کرائیں۔

بچّوں کے دست (اسہال)۔ دارچینی چار ماشہ، بادیاں، سونٹھ، زراوند ہر ایک دو ماشہ، الائچی خورد، نوشادر، پوست ہلیلہ زرد، مصبّر ہر ایک ایک ماشہ۔ سب کو باریک پیس کر حسب عمر دو تین رتّی دو تین دفعہ استعمال کرائیں۔ بہت جلد فائدہ ہوگا۔

بچّوں کے دست، تشنّج اور کرم امعاء۔ ہلیلہ زرد کلاں ایک عدد، نرکچور کی موٹی گرہ ایک عدد۔ دونوں کو لے کر آردِ گندم میں لپیٹ کر گرم راکھ میں دبا دیں، جب آٹا سُرخ ہو جاوے نکال کر محفوظ رکھیں اور بوقت ضرورت دونوں چیزوں میں سے ایک ایک رتی پانی میں گھس کر نصف رتی نمک سیاہ شامل کر کے

بچے کی ماں کے دُودھ میں حل کر کے ہر روز صبح کو پلائیں ؛

بچوں کے امراض شکم کیلئے اکسیر۔ نوشادر، نمک سیاہ ہر ایک ایک تولہ سُہاگہ چھ ماشہ۔ پہلے سہاگہ کو آہنی توے میں آگ پر رکھ کر پگھلائیں۔ پھر نمک اور نوشادر باریک کردہ ڈال کر مخلوط کریں۔ بعد ازاں باریک پیس کر محفوظ رکھیں۔ خوراک چار چاول سے چار رتی تک حسب عمر ؛

بچوں کی کالی کھانسی۔ پھٹکڑی ایک تولہ لوہے کے توے پر کھیل کریں پھر اس میں دس تولہ کیلے کے پتوں کا چوبہ دیں۔ اس کے بعد اُتار کر محفوظ رکھیں ایک سال کے بچے کو ۱/۴ رتی۔ دو سال کے بچے کو ۱/۲ رتی۔ تین سال کے بچے کو دو رتی عرق اجوائن کے ساتھ دن میں دو مرتبہ استعمال کرائیں۔ نہایت مجرب چیز ہے۔ پہلی خوراک میں فائدہ ہوگا ؛

بچوں کی قے۔ (۱) زرشک، سماق، پودینہ، نمک طعام، فلفل سیاہ ہموزن پیس کر تھوڑا تھوڑا چٹائیں۔ (۲) دانہ ہیل، طباشیر شیر مادر میں حل کر کے چٹائیں ؛

بچوں کی پیچش۔ اوّل قبض رفع کریں۔ بعد ازاں نشاستہ ۳ ماشہ۔ کھڑیا مٹی ۴ ماشہ، کتھہ سفید ۱/۲ ۳ ماشہ باریک کر کے تین رتی ہمراہ لُعاب اسبغول و بہیدانہ دن میں تین بار دیں ؛

بستر میں پیشاب کرنے کی عادت۔ کنجد سیاہ، گلنار، مازُیں خورد، صمغ عربی، گل ارمنی ہر ایک ایک تولہ۔ کندر ڈھائی تولہ، جفت بلوط دو تولہ، مصطگی رُومی، ہلیلہ سیاہ، سعد کوفی ہر ایک چھ ماشہ۔ تمام چیزوں کو کوٹ چھان کر سفوف بنائیں اور ایک دو ماشہ رات کو سوتے وقت بچوں کو دیں ؛

بعض بچے رات کو بستر پر پیشاب کر دینے کے عادی ہوتے ہیں۔ یہ سفوف اس مرض کے لئے نہایت مفید ہے۔ مثانہ کو قوی کرتا ہے ؛

بچوں کا زکام ۔اگر قبض ہو تو کسٹر آئیل کا استعمال کرائیں۔بادیاں ہنفشہ اور اسطوخودوس ہر ایک ایک ماشہ جوش دے کر دن میں تین چار مرتبہ بچے کو تھوڑا تھوڑا کر کے پلائیں۔اگر ناک پک گئی ہو تو بادام روغن یا روغن السی روئی میں لگا کر ایک دو قطرہ ناک میں ٹپکائیں اور سرد ہوا سے بچائیں ؛

بچوں کا تشنج ۔مشک خالص چھ رتی، کافور چھ رتی، جند بید ستر اصلی ایک ماشہ باریک پیس کر ایک رتی تمام دن کھلانے سے نوبت رُک جاتی ہے ؛

بچوں کے امراضِ چشم ۔پھٹکڑی سفید بریاں ۳ ماشہ، مکھن ایک تولہ میں حل کر کے جب بچہ سو جاوے، آنکھ پر لیپ کریں۔دو بار لگانے سے صحت ہو گی ؛

بچوں کا فسادِ خون ۔جوہر رسکپور ایک ماشہ، الائچی خورد تین ماشہ، طباشیر ۵ ماشہ، باریک سفوف کر کے دو رتی، چھ ماشہ گلئے کے گھی میں ملائیں۔اور تین بوند پلائیں اور وہی گھی بدن پر مالش کریں۔بہت جلد آرام ہو گا ؛

بچوں کی خارش ۔افسنتین ایک ماشہ، بادیاں دو ماشہ، پوست ہلیلہ زرد تین ماشہ۔جوش دے کر بچوں کو پلائیں اور تقویت کے لئے اوپر سے تھوڑا سا سوڈا واٹر پلائیں۔اس سے کھل کر پاخانہ آئیگا۔زخموں اور پھنسیوں کو پھٹکڑی بریاں میں حل کئے ہوئے پانی سے صاف کریں۔پھر پھٹکڑی ۳ ماشہ، کتھ چھ ماشہ، کافور تین ماشہ، دانہ الائچی ایک ماشہ، ملٹھی ۶ ماشہ، خوب باریک پیس کر کپڑ چھان کر کے زخموں پر لگائیں اور گندھک آملہ سار ایک تولہ روغن کنجد پانچ تولہ میں حل کر کے بچہ کے تمام جسم پر مالش کریں۔پھر چند گھنٹہ بعد گرم پانی اور کاربالک صابن سے غسل کرائیں ؛

بچوں کی ہچکی ۔الائچی خورد دو ماشہ۔فلفل دراز چار ماشہ۔شہد ۶ ماشہ باریک کر کے شہد میں ملا کر تھوڑا تھوڑا بچہ کو چٹائیں ؛

بچّوں کی بد ہضمی، درد شکم اور کثرت ریاح۔ عرق گلاب خالص۔ عرق بادیان۔ عرق پودینہ مساوی الوزن ملاکر بوقت ضرورت قدرے شیرینی میں ملا کر تھوڑا تھوڑا استعمال کرائیں ؎

بچّوں کے گرمی دانہ۔ چرائتہ ۲ ماشہ۔ برگ مہندی ۲ ماشہ۔ ہرڑ سیاہ ۶ ماشہ۔ سب اشیاء رات کو پانی میں تر کریں۔ صبح پانی چھان کر شہد ملاکر بچّے کو تھوڑا تھوڑا استعمال کرائیں ؎

بچّوں کے اسہال و پیچش۔ دار چینی ۳ ماشہ، کتھہ سفید عمدہ دو تولہ باریک پیس کر کپڑے میں سے چھان لیں اور ایک قلعی دار برتن میں دس چھٹانک پانی اور سفوف ڈال کر جوش دیں۔ جب پانی میں دو تین جوش آجائیں تو چولھے پر سے اتار کر منہ بند کر کے تین گھنٹے تک پڑا رہنے دیں۔ بعد ازاں اس کا نتھرا ہوا پانی لیکر شیشی میں محفوظ رکھیں۔ خوراک ۳ ماشہ دن میں دو بار صبح و شام استعمال کراویں ؎

بچّوں کے لئے سفوفِ ہاضم۔ مصطگی رومی، بادیان۔ دانہ ہیل کلاں ہر ایک ایک تولہ۔ سوڈا بائی کارب تین تولہ، کوٹ چھان کر سفوف بنائیں۔ خوراک چٹکی بھر تازہ پانی سے ؎

زبان میں چھالہ۔ زبان میں معمولی چھالہ ہو تو سہاگہ کی کھیل میں شہد ملاکر چٹانے سے آرام ہو جاتا ہے۔ آتشک والے کے بچّہ کی زبان میں چھالہ ہو تو عموماً خطرناک ہوتا ہے۔ اس لئے کسی لائق معالج سے جلدی علاج کرانا چاہیئے ؎

بچّوں کی قبض۔ چھوٹے بچّے کو اگر کچھ عرصہ پاخانہ نہ آئے تو اس کے پیٹ میں اپھارہ ہو جاتا ہے اور جلدی جلدی سانس چلنا شروع ہوتا ہے نیم حکیم یا نیم وئید اس کو پسلی کی بیماری سمجھ کر پسلی کے اوپر لیپ وغیرہ کرتے ہیں جس سے کچھ فائدہ نہیں ہو سکتا۔ ایسی حالت میں جلدی پاخانہ لے آنا سب سے اچھا ہے۔ بچّہ

بہت چھوٹا ہو تو ایک پان کے ڈنٹھل میں پرانا گھی چپڑ کر ٹٹی کے راستے چڑھا دینے سے اُسی وقت پاخانہ ہو جاتا ہے۔صابون کی بتی یا گلیسرین کی بتی بھی ٹٹی لے آتی ہے۔وئیدک کی "ہنگوادی ورتی" بھی اس کے لئے بڑی مفید چیز ہے ؛

بچّوں کی کھانسی۔سہاگہ کی کھیل یا گئو دنتی ہڑتال کا کشتہ یا بھیڑہ کا سفوف شہد کے ساتھ چٹانے سے معمولی کھانسی اچھی ہو جاتی ہے۔کُتا کھانسی ہو تو اِن میں سے کسی کے ساتھ "چندر امرت رس" نام کی دوائی ملا کر استعمال کرنی چاہیئے ؛

بچّوں کی اُلٹی۔بچّہ بار بار اُلٹی کرتا ہو تو اُس کی ماں کو بہت ہلکا کھانا کھلانا چاہیئے اور بچّہ کو ارنڈی کا تیل پلا کر دست لے آنا چاہیئے ؛

دست، اُلٹی اور بخار۔یہ تینوں کبھی کبھی ساتھ ساتھ ہو جاتے ہیں اور بچّہ جلدی کمزور ہو جاتا ہے۔بچّہ صرف ماں کے دُودھ سے پلتا ہو تو اُس کی ماں کو اپنی خوراک میں سخت پرہیز رکھنا چاہیئے۔اگر بچّہ باہر کا دُودھ پیتا ہو تو دُودھ بند کر دینا چاہیئے اور دُودھ کا پھٹا ہُوا پانی دینا چاہیئے۔دست، اُلٹی بہت زیادہ نہ ہو۔ اور بھوک زیادہ معلوم ہو تو کبھی کبھی بڑی پیپل اور پانی کے ساتھ دُودھ کو اُبال کر اور پکا کر پلانا چاہیئے۔دُودھ پلانے کے بعد ایک ایک چمچہ چُونے کا نتھرا ہُوا پانی پلانے سے بآسانی دُودھ ہضم ہو جاتا ہے اور دست اُلٹی کم ہو جاتی ہے۔پیٹ میں اپھارہ ہو تو ہینگ کو پانی سے پیس کر ناف کے چاروں طرف لیپ کرنا چاہیئے۔ ناگر موتھا، بڑی پیپل، کڑوی اتیس۔کاکڑا سینگی، اِن چاروں کو الگ الگ کپڑ چھن سفوف بنا کر ہموزن شہد کے ساتھ مناسب مقدار میں چٹانے سے بچّوں کا بخار، دست، کھانسی، اُلٹی، ہچکی کم ہو جاتی ہے۔وئیدک کی "مہا گندھک" نامی دوا بخار اور دست وغیرہ کے لئے بہت مفید چیز ہے۔جب دوائی بھی ہضم نہ ہو اور دست کے ساتھ نکل جاتی ہو تو "رس پرپٹی" نامی دوا سے اچھا فائدہ ہوتا ہے۔بچّوں کے

دست بند کرنے کے لئے افیم یا اِس کا کوئی مرکب استعمال کرنا خطرے سے خالی نہیں ہے لیکن جب کسی اَور دوائی سے فائدہ نہ ہوتا ہو اور اپچارہ نہ ہو تو تھوڑی مقدار میں "کرپور رس" جیسی افیم والی دوا سے اچھا فائدہ ہو سکتا ہے۔ دست رُکنے کے لئے ایک خوراک میں زیادہ مقدار افیم کی نہیں دینی چاہیئے۔ بلکہ بہت تھوڑی مقدار میں بار بار دینا اچھا ہے ؛

بچّوں کی پیچش - اِس بیماری سے بہت سے بچّے مر جاتے ہیں - اِس لئے بہت توجہ کے ساتھ اِس کا علاج کرانا چاہیئے۔ پہلے ارنڈی کے تیل کا جلاب دے کر بڑی پیپل کا سفوف دُودھ میں روزانہ تین چار دفعہ پلانا چاہیئے۔ لگرونداکی جڑ کو کچّے چاول کے پانی میں گھس کر پلانے سے پیچش اچھی ہو جاتی ہے - اِن چیزوں کے استعمال سے چار پانچ روز میں فائدہ نہ ہو تو کسی اچھے معالج سے علاج کرانا چاہیئے ؛

خسرہ - حفاظت سے رکھا جائے تو اِس سے موت نہیں ہوتی ہے لیکن سردی لگ کر یا کسی اَور بد پرہیزی سے خسرہ ایک دم بیٹھ جائے یا نمونیہ ہو جائے تو عموماً جان کا خطرہ ہو جاتا ہے۔ اِس عام خیال میں نہ رہیں کہ ماتا میں دوائی نہیں دینا چاہیئے، بلکہ کسی اچھے معالج سے علاج معالجہ کرانا چاہیئے ؛

سردی کی کھانسی - رب السوس سیاہ، رب السوس سُرخ ہر ایک چھ ماشہ، نشاستہ، صمغ عربی، کتیرا ہر ایک تین ماشہ - زعفران ۴ سُرخ - جند بیدستر، افیون چار چار سُرخ - تمام چیزوں کو کُوٹ کر مُونگ کے برابر گولیاں بنائیں اور ہر روز تین گولیاں تین مرتبہ صبح، دوپہر، شام استعمال کرائیں ؛

فوائد - سردی کی کھانسی میں بچّوں کے لئے یہ گولیاں اکسیر کا حکم رکھتی ہیں۔ جوان العمر کے لئے بھی کار آمد چیز ہے ؛

بچوں کی پھنسیاں۔ گندھک آملہ سار ۹ ماشہ۔ کمیلہ، برگ نیم، کافور ہر ایک چھ ماشہ۔ تمام چیزوں کو روغن کنجد ½ ۷ تولہ میں جوش دے کر صاف کریں۔ اور پھنسیوں کو نیم کے پانی سے صاف کر کے یہ روغن لگائیں ٭

فوائد۔ بچوں کی پھنسیوں کے لئے یہ روغن نہایت مؤثر ہے۔ چند ہی روز میں پھنسیاں صاف ہو جاتی ہیں ٭

بچوں کے امراض چشم۔ پھٹکڑی سفید بریاں ۶ ماشہ، رتک ۲ رتی، مصری کوزہ ۶ ماشہ، عرق گلاب ۵ تولہ۔ سب کو ایک شیشی میں ڈال کر رتک لوشن کی طرح بنا لیں اور آنکھوں میں ڈالا کریں ٭

بچوں کا پیشاب جم کر چونے کی طرح ہو جانا۔ جس بچے کا پیشاب جم کر چونے کی طرح ہو جائے، اس کے لئے یہ دوائی مفید ہو گی۔ عقیق بے داغ ایک تولہ لیکر آگ میں گرم کر کے عرق بید مشک و کیوڑہ میں بجھاؤ دیں۔ وہ ٹوٹ کر ریزہ ریزہ ہو جائیگا۔ اب یہ ریزہ شدہ عقیق دو تولہ، افیون ایک ماشہ۔ ہر دو کو عرق کیوڑہ میں تین گھنٹہ کھرل کریں اور ٹکیہ بنا کر کنول گٹہ پانچ تولہ کی نگدی بنا کر دو ٹکیہ بنا دیں اور اُن کے درمیان عقیق والی ٹکیہ رکھ کر گل حکمت کر کے خشک ہونے کے بعد سات سیر اُپلوں کی آگ دیں۔ سفید کشتہ بر آمد ہو گا۔ خوراک ایک چاول سے دو چاول ہمراہ شربت ذیل استعمال کریں ٭

نسخہ شربت زرشک۔ زرشک، بہیدانہ، گاؤزبان ہر ایک ¾ ۲ تولہ، برادہ صندل سُرخ و سفید ½ ۷ تولہ، گل نیلوفر ¾ ۲ تولہ، تخم خیارین ¾ ۲ تولہ، عناب ۳۰ دانہ۔ رات کو ڈیڑھ سیر پانی میں تر کریں۔ صبح جوش دیکر نصف رہنے پر مصری تین پاؤ ڈال کر شربت بنائیں۔ اور شربت بناتے وقت ایک پاؤ شربت انار اور ایک پاؤ عرق کیوڑہ بھی قوام میں ملا لیں اور درست ہو جانے پر محفوظ رکھیں۔ گرمی مثانہ

اور پیشاب میں سفید رطوبت بہنے کے لئے مُفید ہے ؛

نسخہ چٹکی۔ بادیان، زیرہ سفید، پودینہ خشک، الائچی خورد، الائچی کلاں، زہر مہرہ خطائی، چاکسُو، نرکچور، صندل سفید، صندل سُرخ، رسوت، فلفل سیاہ، کالی زیری، نمک طعام، نمک لاہوری، نمک سیاہ، سُہاگہ بریاں، نوشادر، دھماہا، شاہترہ، تربدسفید، زنجبیل خشک، ہرڑ سیاہ، پوست ہرڑ زرد، برگ پان پختہ ہر ایک ایک تولہ، بیخ درخت نیم ایک تولہ۔ سب کو کُوٹ کر ایک آٹے کی روٹی میں رکھ کر تنور میں رکھیں اور بریاں کریں۔ جب آٹا سُرخ ہو جاوے تو نکال کر آٹا علیحدہ کر کے ادویہ کو باریک پیس کر رکھ لیں۔ خوراک ایک چُٹکی روزانہ ہمراہ آب تازہ۔ بچّوں کے تمام امراض میں نہایت مفید چیز ہے ؛

مرض ڈبہ۔ سُہاگہ بریاں ۲ ماشہ، گوند ببول، مرکی، ایلوہ ہر ایک ۲ ماشہ، فلفل سیاہ، فلفل دراز، زنجبیل ہر ایک دو ماشہ، نیلا تھوتھا بریاں ڈیڑھ ماشہ۔ تمام چیزوں کو کُوٹ چھان کر دو چند قند سیاہ ڈال کر چنے کے برابر گولیاں بنائیں اور ایک گولی صبح و ایک شام شیر مادر میں گھس کر دیں ؛

فوائد۔ بچّوں کے مرض ڈبہ کے لئے یہ گولیاں عجیب و غریب چیز ہیں۔ ایک دو گولی دینے ہی سے ایک دو دست اور ایک دو قے ہو کر پیٹ وغیرہ صاف ہو جاتا ہے ؛

پیچش۔ سُہاگہ بریاں ۱۱ ماشہ۔ بادیاں ۳ ماشہ۔ کوکنار ۲ ماشہ حب الاس ۳ ماشہ۔ تمام ادویہ کو کُوٹ چھان کر سفوف بنائیں اور ایک ماشہ پانی کے ساتھ دیں ؛

فوائد۔ بچّوں کی پیچش کے لئے یہ دوا نہایت مفید ہے۔ معدہ اور امعاء کے ضعف کو رفع کرتی ہے۔ بے ضرر ہے ؛

سولھواں باب

عورتوں کی پوشیدہ بیماریاں

لیکوریا یعنی جریان الرحم

عورت کی اندام نہانی سے وقت بے وقت زرد، سفید رنگ کی ملی جلی رطوبت کا خارج ہونا اس بات کی دلیل ہے کہ اس عورت کی جوانی بہت تیزی کے ساتھ جا رہی ہے جس طرح مردوں کو جریان ملیامیٹ کر دیتا ہے، اسی طرح لیکوریا عورتوں کو کسی کام کا نہیں چھوڑتا۔ کمر میں درد رہتا ہے، پیڑو میں گرانی، اندام نہانی میں خارش ہوا کرتی ہے۔ ماہواری ایام بے وقت اور تکلیف سے آتے ہیں۔ کثرت پیشاب کی شکایت رہتی ہے۔ ذرا سی محنت سے دم پھولنے لگتا ہے۔ کمزوری ہاضمہ، قبض، خرابی خون کی شکایت کے ساتھ چہرہ کی رونق دن بہ دن اُڑنے لگتی ہے۔ بھوک کھل کر نہیں لگتی، جسم گرا گرا رہتا ہے اور زیادہ تر لیٹے رہنے کو جی چاہتا ہے۔ ایسی عورت اپنے لئے، خاوند کے لئے اور گھر بار کے لئے ایک بوجھ بن جاتی ہے۔

اندام نہانی سے سفید یا زردی مائل رطوبت بہتی ہو تو مندرجہ ذیل نسخہ استعمال کرانے پر فائدہ ہوتا ہے۔ مقوی رحم ہے:۔

ایک کوری ہانڈی میں سیر بھر بکری کا کچا دودھ ڈالیں۔ پھر اس میں پانچ تولہ گندہ بروزہ اور ۵ تولہ گئودنتی ہڑتال کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے ڈال کر ہانڈی کا منہ اچھی طرح بند کر دیں۔ اور بیس سیر جنگلی اُپلوں کی آگ دیں۔ جب آگ اور

ہانڈی ٹھنڈی ہو جائے تو اس میں سے ہڑتال نکال لیں اور پیس کر رکھ چھوڑیں
مقدار خوراک۔ ایک رتی دوا آدھ سیر بکری کے میٹھے دودھ سے ؎

یہ دوا سیلان الرحم کے لئے تو اکسیر ہے ہی، علاوہ ازیں رحم کی جملہ بہت سی بیماریاں اس سے جاتی رہتی ہیں۔ مثلاً ورم رحم اور حیض کی کمی یا زیادتی وغیرہ ؎

تین روز میں لیکوریا بند کرنے والا تیر بہدف نسخہ

الف۔ گل پستہ ایک تولہ۔ گل سپاری ایک تولہ۔ ہیرا کیس انگریزی سبز دو تولہ۔ سب کو کوٹ پیس کر سفوف بنا لیں ؎

ڈیڑھ ماشہ صبح، ڈیڑھ ماشہ شام ٹھنڈے پانی سے ڈیڑھ ماشہ مصری ملا کر استعمال کرائیں ؎

ب۔ اُوپر کی دوا کے ساتھ ساتھ مندرجہ ذیل دوا اندامِ نہانی کے اندر رکھوائیں
مازو ایک تولہ۔ پھٹکڑی ایک تولہ۔ پوست ببول پانچ تولہ۔ رسونت ایک تولہ۔ سہاگہ ایک تولہ ؎

اِن سب کو کوب کر کے ایک سیر پانی میں ڈال کر جوش دیں۔ جب وقت ایک بوتل یعنی تین پاؤ رہ جائے، چھان کر بوتل میں رکھ لیں۔ اس پانی میں ایک باریک کپڑا ململ کا تر کر کے رات کو سوتے وقت اندامِ نہانی میں رکھوائیں۔ صبح نکال دیں۔ اگر رات کو پیشاب کی حاجت ہو تو بھی نکال سکتے ہیں ؎

تین روز میں لیکوریا بند اور سات روز میں صحتِ کامل۔ اندر رکھنے والی دوا صرف سات روز کافی ہے۔ کھانے والی دوا صرف اکیس روز استعمال کریں۔ ہمیشہ کے لئے صحت ہوگی ؎

سیلان الرحم کیلئے "کلزانہ" سے کئی گنا زود اثر لیکن سستا فارمولہ

آج کل عام ڈاکٹر لوگ عورتوں کی ہر مرض میں "کلزانہ" تجویز کرتے ہیں جو کہ معمولی کوڑیوں کی چیز ہے مگر ولایت سے بن کر آنے سے ایک آنہ کی گولی بکتی ہے جبکہ سالم شیشی پر بھی ایک آنہ بمشکل خرچ آتا ہے۔ لیجئے ہم "کلزانہ" سے بدرجہا بہتر چیز آپ کو بتاتے ہیں :-

اَن بجھ قلعی چونہ حسب ضرورت لے کر اس کو اچھی طرح گندی مٹی سے صاف کر کے ایک چینی کے برتن میں دودھ بکری میں ڈبو دیں اور سایہ میں رکھ دیں۔ آٹھ پہر کے بعد قلعی کھڑ کر خشک ہوئی ہوگی۔ اب اسے پھر بکری کے دودھ میں ڈبو کر رکھ دیں۔ خشک ہونے پر پھر یہی عمل تین، چار مرتبہ اور کریں۔ بعد کو خشک کر کے کھرل میں باریک کر لیں ۔

دوا مذکور عورتوں کے سیلان الرحم اور مردوں کے جریان میں فوری اثر دکھاتی ہے ۔

حکیم اجمل خان صاحب مرحوم کی تجویز کردہ لاجواب گولی

سہاگہ نیم بریاں۔ مازو سوختہ ہر ایک ۵ تولہ مصطگی ۱۰ تولہ۔ برادہ کچلہ مدبر ۵ تولہ۔ مروارید ناسفتہ عنبر اشہب ہر ایک سوا تولہ۔ ہر ایک دوا کو علیحدہ علیحدہ باریک پیس کر چھان کر وزن کریں اور عنبر کو عرق گلاب میں حل کر کے اس میں تمام ادویہ باریک شدہ ملا کر گوندھیں اور چنے کے برابر گولیاں بنائیں ۔

ایک گولی صبح اور ایک شام نیم گرم دودھ کے ہمراہ استعمال کرائیں۔ چند روز ہی میں ہر وقت بہنے والی سفیدی رک جاتی ہے ۔

سیلان الرحم کا تیس سالہ مجرّب المجرّب نسخہ

گل سپاری۔ گل پستہ۔ مازو ہر ایک ۶ ماشے سلفیٹ آف آئرن ۱/۲ ۱ تولہ سب چیزوں کو کوٹ پیس کر کارک دار شیشی میں رکھیں۔ اور تین رتی صبح اور تین رتی شام ٹھنڈے پانی کے ساتھ بارہ روز تک کھلائیں۔ اگر مرض بہت پرانا ہو تو چوبیس روز تک دوا جاری رکھیں ؛

فوائد ــ سیلان الرحم کے لئے یہ دوا تیس سال کی مجرّب ہے۔ جو لوگ اسے استعمال کریں گے، وہ بھی میرے بیان کی تصدیق کرنے پر مجبور ہوں گے ؛

ماہواری ایام کے درد کو رفع کرنے والی بیخطا گولیاں

اگر ایام ماہواری تکلیف سے آتے ہوں تو مندرجہ ذیل گولیوں کا استعمال کرائیں جو بارہا بار کی آزمودہ ہیں۔ ایسی کئی عورتوں کو یہ گولیاں کھلائی گئی ہیں جن کو ایام ماہواری سے قبل ایک دو یوم اس قدر تکلیف ہوتی تھی کہ بیہوشی تک نوبت پہنچتی تھی۔ سب کو فائدہ ہو گیا۔ آزمائش بتا دے گی کہ یہ گولیاں کس قدر مفید ہیں ؛

نسخہ ــ کافور چار گرین۔ ایکسٹریکٹ بیلاڈونا چار گرین۔ پلوائی کاک کمپونڈ چار گرین۔

پہلے کافور کو تھوڑی سی ریکٹی فائیڈ سپرٹ میں ڈال کر حل کر لیں۔ پھر باقی چیزیں ملا کر ایک گولی بنائیں۔ اوپر لکھا ہوا وزن ایک گولی کا ہے۔ اسی نسبت سے زیادہ دوا لے کر پندرہ یا اٹھارہ گولیاں بنا کر ماہواری ایام شروع ہونے سے دو تین روز پہلے سے استعمال کی جائیں۔ ایک گولی صبح، ایک دوپہر، ایک

شام کو نیم گرم دُودھ سے۔ ماہواری ایّام کے دنوں میں بھی ان کا استعمال جاری رکھیں ؂

ایّام حیض کے درد کی آسان دوا

ریوند چینی ایک تولہ۔ نوشادر چھ ماشہ۔ شورہ تین ماشہ باریک کر کے ملا لیں۔ خوراک دو رتی ہمراہ آبِ گرم۔ گھنٹہ گھنٹہ کے بعد آرام ہونے تک دیتے رہیں۔ غالباً تین چار خوراک سے ہی درد بند ہو جائے گا۔

ایضاً۔۔۔۔ سونف اڑھائی تولہ۔ گڑ پرانا چار سالہ چار تولہ۔ تین پاؤ پانی میں جوش دیں، یہاں تک کہ ایک پاؤ رہ جائے۔ پھر چائے کی طرح گرم گرم پلائیں۔ اور لحاف یا گرم کپڑا اوڑھ کر سو جائیں یا سُلا دیں۔ تین چار مرتبہ پلانے سے آرام ہوگا ؂

زیادتی حیض کی شکایت کو ہمیشہ کیلئے دُور کر دینے والا نُسخہ

حیض کا طبعی حالت سے بڑھ جانا بھی ایک مرض ہے جو عورت کو غایت درجہ نحیف و کمزور کر دیتا ہے۔ یہ نسخہ ماہواری بہ کثرت آنے کو روکتا ہے۔ صرف چار یوم کے استعمال سے مکمل فائدہ ظاہر ہوتا ہے اور آئندہ کے لئے خطرہ مٹ جاتا ہے ؂

برگ نیم تازہ ۵ تولہ۔ پھٹکڑی سفید ایک تولہ۔ لوہے کے توے پر برگ بچھائیں اُس پر پھٹکڑی رکھ دیں اور باقی برگ اس کے اُوپر دے دیں اور نیچے آگ جلائیں۔ جب پھٹکڑی کھیل ہو جائے، نکال کر باریک پیس کر محفوظ رکھیں۔ دو رتی صبح، دو رتی شام تازہ پانی کے ہمراہ چار روز کھلائیں ؂

پہلے ہی روز کثرت حیض کی شکایت دُور کرنے والا ٹوٹکہ

ملٹھی کو لے کر چھلکا اُتار دیں اور باقی کو خوب کوٹ کر سفوف بنا رکھیں۔ بس دوا تیار ہے۔

خوراک ۳ ماشہ، چاولوں کے پانی سے، دن میں تین بار۔ فائدہ تو پہلے ہی روز معلوم ہونے لگتا ہے۔ مگر چار پانچ روز میں بالکل آرام ہو جاتا ہے۔ ٹوٹکہ ہذا بارہا کا آزمودہ ہے ؂

جب حیض کا خُون زیادہ آتا ہو (آخری علاج)

تو گھبرانے کی کوئی ضرورت نہیں حضرت "کوئی نہ کوئی" صاحب کا نسخہ حاضر ہے۔ اور نسخہ بھی ایسا کہ یقیناً مجرّب اور بے خطا ہے۔ آزمائش کیجئے اور فائدہ اُٹھائیے۔

جب حیض کا خون بہت زیادہ آتا ہو، جب تمام دوائیں ناکام ہو چکی ہوں اور مریضہ نڈھال ہو رہی ہو تو کسی پرانے کنوئیں میں سے جو کم از کم دو سو سال کا ہو، ایک ایسی اینٹ اُکھڑوا کر نکلوائیے جو ہمیشہ پانی کے اندر رہی ہو اور جو نیم پختہ ہو (جسے پلی کہتے ہیں) تقریباً ہر ایک گاؤں، قصبہ اور شہر کے کسی نہ کسی کنوئیں میں ایسی اینٹیں جس قدر ضرورت ہو، بآسانی مل سکتی ہیں۔ اب اس پلی اینٹ کو خوب باریک پیس کر اس کے ہموزن دیسی شکر یا کھانڈ ملا دیجئے۔ بس اکسیر تیار ہے ؂

بندش یا کمی حیض کا علاج

(۱) رائی ۳ ماشہ ہینگ ڈیڑھ ماشہ سرکہ خالص ۲ تولہ میں پیس کر نیم گرم پلائیں۔

(۲) مغز ریٹھا ایک عدد پیس کر پانی کے ہمراہ کھلائیں۔
(۳) تمباکو آگ میں پھونک لیں اور اُس کی بھسم چار ماشہ ایک تولہ پُرانے گُڑ کے ساتھ صبح و شام کھانے سے بند ہوا حیض جاری ہو جاتا ہے۔
(۴) کُشتہ عقیق دو رتی صبح، دو رتی شام ۱۰ تولہ عرق گاؤزبان کے ساتھ استعمال کرنا مؤثر و مُفید ہوگا۔
(۵) گیرو ڈیڑھ ماشہ۔ سنگجراحت ڈیڑھ ماشہ۔ دونوں کو ملا کر پیس کر دن میں تین مرتبہ پانی کے ساتھ دیں۔

ہسٹیریا کا علاج

یہ مرض بالکل مرگی کے ہم شکل ہوا کرتا ہے۔ مگر اس میں مرگی والے مریض کی طرح مُنہ سے جھاگ نہیں نکلتے۔ یہ مرض عموماً ایسی عورتوں کو ہوا کرتا ہے جن کو حیض کمی کے ساتھ آتا ہے یا بالکل بند ہو جاتا ہے یا جن کے خاوندوں کو ضعفِ باہ کا مرض پیدا ہو جاتا ہے یا جو عورتیں جوانی میں بیوہ ہو جاتی ہیں یا اُن کی شادی نہیں ہوتی۔

علامات۔ دورہ شروع ہونے سے قبل اکثر مریضہ کا کلیجہ جلتا ہے اور پیٹ میں نفخ سا معلوم ہوتا ہے اور آنکھوں تلے اندھیرا سا آجاتا ہے۔ پنڈلیوں میں کمزوری معلوم ہوتی ہے۔ اس کے بعد جب دورہ کا وقت قریب آجاتا ہے، اُس وقت مریضہ کا سانس گھٹنے لگتا ہے اور اختلاج قلب بہ شدت ہونے لگتا ہے۔ جس سے مریضہ بدحواس ہو کر اِدھر اُدھر پَیر مارنے لگتی ہے اور فضول باتیں بکنے لگتی ہے یا چیخ مار کر بے ہوش ہو جاتی اور گر پڑتی ہے۔ اُس وقت سانس میں تنگی اور چہرے کا رنگ سُرخ ہو جاتا ہے۔ گردن پیچھے کو کھینچ جاتی اور بدن اینٹھ سا جاتا ہے۔ اس کے بعد جب دورہ ختم ہو جاتا ہے تو مریضہ

نہایت گہرا اور لمبا سانس لے کر ہوش میں آجاتی ہے۔ لیکن دردِ سر اور اعضاء شکنی کی شکایت باقی رہ جاتی ہے۔ یہ بات یاد رکھنے کی ہے کہ مندرجہ بالا حالات شدتِ مرض کی حالت میں پائے جاتے ہیں۔ ورنہ بعض جگہ کمی و بیشی بھی ہوتی ہے۔
علاج بوقتِ دورہ ۔سب سے زیادہ خیال رکھنے کی بات یہ ہے کہ اگر مریضہ حاملہ ہو یا اس کا مزاج بہت گرم ہو تو دوا زیادہ گرم یا تیز نہ ہونی چاہیئے ورنہ اسقاطِ حمل کا خوف ہے، بلکہ ایسی مریضہ کو صرف ایک تولہ گلقند میں ایک ماشہ رُومی مصطگی باریک پیس کر ملا کر روزانہ صبح کو کھلاتے رہا کریں۔ بچہ پیدا ہونے پر یہ مرض خود بخود رفع ہو جائے گا۔ دیگر مریضوں کے لئے ذیل کی تدابیر عمل میں لانی چاہئیں۔ مریضہ کی رانوں اور بازوؤں پر زور سے بندش کر دیں۔ ہاتھوں کی ہتھیلیوں اور پاؤں کے تلوؤں پر نمک اور رائی اچھی طرح ملیں۔ مریضہ کے چہرے پر ٹھنڈا پانی چھڑکیں۔ پیاز۔ لہسن۔ کافور، ہینگ یا امونیا وغیرہ سونگھائیں۔ گندھک اور گوگل کی دھونی ناک کے سامنے کریں۔ ان میں سے جو تدبیر ہو سکے، وہ محض ازالۂ تکلیف کے لئے کارآمد ہے۔ اس کے بعد مرض کا سبب دریافت کر کے علاج کرنا چاہئے۔ مندرجہ ذیل نسخہ مرض ہسٹیریا کی لاجواب اور بے مثل دوا ہے۔ خواہ کسی وجہ سے یہ مرض پیدا ہوا ہو، اکثر پہلی ہی خوراک سے رُک جاتا ہے۔ صدہا مرتبہ کا مجرب ہے۔ علاوہ مرض ہسٹیریا کے جملہ امراض بادی اور اعصابی، مرگی، اُم الصبیان، بے ہوشی اور پاگل پن وغیرہ اس دوا سے دُور ہوتا ہے۔

نسخہ اکسیر ہسٹیریا ۔ پارہ مصفیٰ۔ گندھک آملہ سار مصفیٰ۔ کستوری۔ ہینگ بریاں۔ انیسون ہر ایک ۹ ماشہ۔ ناگ کیسر، لونگ، پوست بھیڑہ۔ جائفل۔ تخم عود صلیب۔ مرکی۔ نرکچور۔ درونج عقربی۔ افتیمون۔ بسفائج۔ دارچینی۔ شورہ

قلمی۔ عقرقرحا۔ سونٹھ۔ اندرجو شیریں۔ برادہ صندل سفید ہر ایک ۶ ماشہ۔ اوّل پارہ اور گندھک کو یہاں تک کھرل کریں کہ سیاہ سفوف ہو جائے۔ پھر بقیہ باریک شدہ دوائیاں ملا کر آب ترپھلا سے ۲-۲ رتی کی گولیاں بنا لیں۔ ایک گولی صبح، ایک شام آب ترپھلا ۱۰ تولہ سے دیا کریں۔ ترشی، بادی اور ثقیل اشیاء سے پرہیز کراویں۔ اوّل ہی روز سے آرام شروع ہو جاتا ہے۔

ہسٹیریا کیلئے نشرطیہ و تیر بہدف نسخہ

پوٹاسی برومائیڈ ۵ گرین۔ ٹنکچر سٹیل ۲۰ بوند۔ ٹنکچر مسک ۵ بوند۔ ٹنکچر ایسی فٹائیڈ ۲۰ بوند۔ یہ تمام ایک خوراک ہے۔

دن میں ایک بار استعمال کرائیں۔ دورہ کی حالت میں دو بار دیں۔ دس روز میں آرام ہوگا۔

ایک جادو اثر فارمولہ

اجوائن دیسی صاف کردہ اڑھائی تولہ۔ ہلدی عمدہ اڑھائی تولہ باریک پیس کر ملا لیں۔

خوراک:۔ دو ماشہ دوا لے کر اس میں مغز کرنجوہ ایک عدد ڈال کر چھ پانی کے ساتھ بطور سردائی کے گھوٹیں اور نیم گرم پلائیں۔ دو وقت بھی دے سکتے ہیں، بشرط طبیعت برداشت کرے۔ گرمی معلوم ہو تو دودھ پلاتے رہیں۔ ایک ماہ کے استعمال سے مرض جڑ سے دور ہو کر بالکل آرام ہو جائے گا۔

اکسیر ہسٹیریا

اِس مرض کے لئے یہ ایک عجیب دوائی ہے۔ اِس کی چند خوراکوں کے استعمال سے اِس مرض سے نجات حاصل ہو جاتی ہے۔ علاوہ ازیں دِل کی دھڑکن، غشی، خفقان، ضعفِ قلب اور ضعفِ دماغ کے واسطے نہایت اعلیٰ چیز ہے۔

کشتہ سونا۔ سِدھ مکردھوج۔ کشتہ چاندی۔ کشتہ مونگا۔ کشتہ سنگ یشب۔ کشتہ صدف مروارید۔ کشتہ سوَرن ماکھی۔ کشتہ سنکھ۔ کشتہ ہڑتال سفید ہر ایک تولہ تولہ۔ زعفران۔ کستوری ہر ایک چھ چھ ماشے لے کر برہمی بُوٹی کے تازہ رس ایک بوتل میں کھرل کریں اور بڑی حفاظت سے شیشی میں رکھیں خوراک ایک رتی ہمراہ عرق مقوی دِل یا گاؤزبان کے ساتھ دن میں دو بار استعمال کریں۔ عرق کی مقدار پانچ تولہ ہو۔

دیگر۔ شدھ ہینگ دو گرین۔ بھیم سینی کافور ایک گرین۔ افیون خالص ایک گرین۔ ایسی دو گولیاں روزانہ پانی کے ساتھ دیں۔ ہسٹیریا کے لئے یہ گولیاں بے حد مفید ہیں۔ دَورہ کو فوراً روک دیتی ہیں۔

پیچیدہ امراضِ رحم کیلئے ایک ماہر دائی کا نسخہ

ایک دائی نے جو عورتوں کی اندرُونی امراض میں بہت تجربہ کار اور ماہر تھی، بیان کیا کہ جب عورتوں کے رحم کے پیچیدہ امراض میں کوئی دوا کارگر نہ ہو تو ذیل کا نسخہ عموماً مُفید رہتا ہے:۔

ریوند خطائی بہت باریک کپڑ چھان کر کے اسے روغن گاؤ سے تر کر لیں اور شہد خالص میں حل کر کے اِس مرکب میں رُوئی تر کر کے اندامِ نہانی میں رکھیں۔

رحم میں ورم ہو، زخم ہو یا مواد جمع ہو، رحم بالکل صاف ہو جاتا ہے ؂

چند متفرق شکائتیں

کم دُودھ اُترنا

عورتوں کو کم دُودھ اُترتا ہو تو حسب ذیل دوا استعمال کریں تو دُودھ بڑھ جائے گا :-

ستاور، اچھلی، کو سُکھا کر باریک پیس لیں۔ ہموزن کھانڈ ملا کر دو دو تولہ کی پُڑیہ بنا لیں۔ ایک پُڑیہ روز گائے کے تازہ دُودھ کے ساتھ پھانک لیں۔ دُودھ اِتنا اُترے گا کہ بچّہ بھُوکا نہیں رہے گا ؂

دیگر۔ ستاور ۷ ماشہ۔ تخم خربزہ ۷ ماشہ۔ زیرہ سیاہ ۷ ماشہ۔ بادام شیریں ۱۰ عدد۔ تودری سفید ۷ ماشہ۔ تودری زرد ۷ ماشہ۔ مغز کھیرہ ۷ ماشہ۔ ثعلب مصری ایک تولہ۔ تخم گندنا ۷ ماشہ۔

تمام چیزوں کو کوٹ چھان کر دیسی کھانڈ صاف ایک چھٹانک ملا لیں۔ خوراک ۶ ماشہ صبح اور ۶ ماشہ شام دُودھ کے ہمراہ۔ اِس سے چھاتیوں میں دُودھ خوب بڑھے گا ؂

مٹی خوری کی عادت

زیرہ سیاہ۔ زیرہ سفید۔ تخم کرفس۔ انیسون رُومی ہر ایک ڈیڑھ تولہ۔ سناکونی۔ پودینہ خشک ہر ایک ۹ ماشہ۔ زرنباد ۷ ماشہ۔ قرنفل ۴ ماشہ۔ کنبھ سیاہ ۲ تولہ۔ سب دواؤں کو کوٹ چھان کر سفوف بنائیں اور ۷ ماشہ یہ سفوف ٹھنڈے پانی سے استعمال کریں ؂

اس دوا کے استعمال کا نتیجہ یہ ہوگا کہ حاملہ کو مٹی یا اِس قسم کی دُوسری

نقصان دہ چیزوں کی خواہش باقی نہ رہے گی ٭

کثرتِ اسقاط

اسقاط کی شکایت خارجی اسباب کے علاوہ ورم رحم یا رحم کی کمزوری کی وجہ سے بھی ہو جاتی ہے ۔ جن عورتوں کو بار بار یہ شکایت ہوتی ہو، اُن کے لئے بہتر ہے کہ ماہواری سے فراغت کے بعد کشتہ مثلث ایک رتی، معجون موچرس، ۷ ماشہ میں ملاکر صبح کو استعمال کریں اور حبّ مروارید ایک عدد غذا کے بعد دونوں وقت استعمال کریں۔ جب استقرار حمل ہو جائے تو معجون حمل عنبری ۳ ماشہ روزانہ ساتویں مہینہ تک استعمال کرائی جائے ٭

حبّ مروارید کا نسخہ —— سہاگہ نیم بریاں ۱ تولہ ۔ مازو نیم سوختہ ۱ تولہ مصطگی ۲ تولہ ۔ مروارید ۲ ماشہ ۔ عنبر دو ماشہ ۔ سفوف کچلہ مدبّر ۱ تولہ ۔ سب کو گلاب میں گھس کر حبوب (گولیاں)، بقدر نخود بناویں ٭

چھاتیوں کا لٹک جانا

پستانوں کا لٹک جانا عورت کے لئے ایک بدنما عیب ہے ۔ مندرجہ ذیل نسخہ سے لٹکی ہوئی چھاتیاں بھی چند روز میں درست ہو جاتی ہیں ؛ ۔

پھٹکڑی ½ ۲ تولہ ۔ کافور ½ ۲ تولہ ۔ پوست انار ۷ تولہ ۔ تمام کو باریک پیس کر مثل مہندی کے بنالیں اور رات کے وقت پانی میں ملا کر پستانوں پر باریک لیپ کریں ۔ چند دنوں کے اندر چھاتیاں سخت اور بالکل درست حالت میں ہو جائیں گی ٭

حاملہ کیلئے ایک بیش قیمت تحفہ

ایک ہومیوپیتھک دوا ہے جس کا نام کالی فاس ۲۰۰ ہے ۔ اس دوا کے بیشمار تجربے میں نے کئے ہیں اور عجیب و غریب کرشمے دیکھے ہیں ۔ کالی فاس متفرق

اوقات میں اگر استعمال ہوتی رہے تو دورانِ حمل کی تمام تکالیف سے محفوظ کر دینے کے علاوہ اسقاطِ حمل سے بچانے کی زبردست گارنٹی ہے۔ کوئی عورت کالی فاس استعمال کرنے کے بعد اپنے حمل کو مدتِ حمل پورا کرنے سے پہلے ضائع نہیں کر سکتی۔ دوسرا فائدہ کالی فاس کا یہ ہے کہ بچّہ کی پیدائش کے وقت اِس قدر آسانی سے بچّہ پیدا ہوتا ہے کہ مریضہ کو ذرا بھی تکلیف نہیں ہوتی۔ وضع حمل کے درد برائے نام چند گھنٹے پہلے شروع ہوتے ہیں اور نہایت آسانی کے ساتھ بچّہ پیدا ہو جاتا ہے۔ اور اکثر تو یہ دیکھا ہے کہ آنول بچّے کے ساتھ ہی خارج ہو جاتی ہے یا دس پانچ منٹ کے بعد۔ اس سے زیادہ تاخیر کبھی نہیں ہوتی، جیسا کہ عموماً بعض عورتوں میں دیکھا گیا ہے کہ آنول بہت دیر اور بڑی مشکل ہیں خارج ہوتی ہے اور یہ وقت اِس کے لئے بڑا خطرناک ہوتا ہے۔ مجھے یاد ہے کہ آج سے تین سال پہلے امروہہ میں تحصیلدار صاحب کی بیوی کے بچّہ پیدا ہوا۔ بچّہ جنانے والی تعلیمیافتہ مڈوائف نے آنول کو ہاتھ سے پکڑ کر نکالنے کی کوشش کی جس سے انتہائی تیز جریان خون ہو کر دس منٹ میں زچہ کا انتقال ہو گیا! ایسی حالت میں کالی فاس نمبر ۲۰۰ نعمتِ غیر مترقبہ ہے۔ اِس کالی فاس کے استعمال سے زچگی کے بعد گولہ کے درد جو عموماً اُٹھتے ہیں، وہ یا تو بالکل نہیں اُٹھتے یا خفیف اُٹھتے ہیں ؛

حاملہ عورت کے سفید پانی جاری ہونے کا علاج

سفید پانی کے واسطے نصف رتی کشتہ فولاد اعلےٰ قسم کا تین تولہ مکھن سے دیں۔ دو روز میں آرام ہو جائیگا۔ اور بچہ بھی طاقتور رہے گا۔ وضع حمل میں بھی کوئی تکلیف نہ ہوگی۔

بھوک لگانے کے لئے ٹارٹرک ایسڈ نصف رتی بعد کھانا کھانے کے عرق سونف سے دیں ؛

سترھواں باب

مردوں کی پرائیویٹ بیماریاں

جو خاوند کثرت جماع سے پرہیز نہیں کرتے، اُن کی صحت و تندرستی چند دنوں میں غائب ہو جاتی ہے اور جسم کے تمام قواء کمزور ہو جاتے ہیں۔ چہرہ سے اُن کے باعث جو جلال و چمک تھی، کافور ہو جاتی ہے۔ منہ پر ہوائیاں اُڑتے لگتی ہیں۔ آنکھیں اندر کو گھس جاتی ہیں اور سُرعت انزال، جریان، احتلام، ضعف باہ وغیرہ میں مبتلا ہو کر آخر نامردی کے آثار پیدا ہو جاتے ہیں۔ برخلاف اس کے جو اعتدال سے زندگی بسر کرتے ہیں، صبح شام کھلے میدانوں اور کھیتوں کی سیر کرتے ہیں، روزانہ ٹھنڈے پانی سے غسل کرتے ہیں، کبھی کبھی طاقت و توانائی کو اعتدال پر رکھنے کے لئے اور قدرتی خواہش ہونے پر بیوی سے جماع کرتے ہیں، اُن کے گھر ہی راحت و خوشی کے پھول کھلتے ہیں اور میاں بیوی آپس میں نہایت شگفتہ دل اور پریم و محبت سے رہتے ہیں۔

جریان کا شرطیہ علاج

کثرت جماع یا جوانی کی غلط کاریوں کے سبب منی اس قدر پتلی ہو جاتی ہے کہ پیشاب کے ساتھ بے اختیار بہنے لگتی ہے۔ آگے یا پیچھے یا درمیان میں پیشاب کرتے وقت منی کا سفید سا ڈورا آتا ہے۔ اسے جریان کہتے ہیں۔ چونکہ اس مرض میں منی بیکار خارج ہوتی ہے، اس لئے اس کا علاج بہت جلد کرنا چاہئے

ورنہ دل، دماغ، جسم اور باہ کی کمزوری واقع ہو کر اچھے خاصے مرد بھی نامرد بن جاتے ہیں۔ دماغ کمزور ہو جاتا ہے، سر درد رہنے لگتا ہے، قبض کی شکایت رہنے لگ جاتی ہے۔ کھایا پیا پورے طور پر ہضم نہیں ہوتا۔ بیوی کے پاس جانے کی ہمت نہیں ہوتی۔ جاتے ہیں تو وقت سے پہلے ہی کام بگڑ جاتا ہے۔ جب یہ تمام شکایتیں یا ان میں سے دو چار بھی پیدا ہو چکی ہوں تو مندرجہ ذیل نسخہ استعمال میں لائیں — جریان کو دور کرنے والا اس کے مقابلے کا نسخہ آپ کو شاید ہی ملے گا۔ عام طور پر جریان کی جس قدر بھی دوائیں ہیں ان سب سے قبض ہو جاتی ہے اور قبض کی حالت میں یہ مرض اور بھی بڑھ جاتا ہے۔ مگر اس دوا میں یہ وصف بدرجہا اتم پایا جاتا ہے کہ اس کے دوران استعمال میں قبض بالکل نہیں ہوتی۔ علاوہ ازیں ایک خوبی اس میں یہ بھی ہے کہ نہ زیادہ سرد ہے اور نہ زیادہ گرم بلکہ معتدل ہے۔ اس لئے ہر موسم میں اس سے فائدہ اٹھایا جا سکتا ہے۔ پہلی پتلی اور کمزور منی کو گاڑھا اور طاقتور بنانے اور نئی منی بکثرت پیدا کر کے قوتِ باہ میں اضافہ کرنے میں یہ نسخہ کافی شہرت حاصل کر چکا ہے ؛

اجزاء۔ اسگندھ ناگوری۔ تخم قلمی۔ ثعلب۔ دانہ الائچی خورد۔ دانہ الائچی کلاں۔ تالمکھانہ مصفےٰ۔ جملہ ادویہ مساوی الوزن لے کر نہایت باریک کوٹ پیس لیں۔ اس کے برابر مصری باریک ملا لیں ؛

خوراک — ۶ ماشہ سے ۸ ماشہ تک صبح کے وقت ہمراہ دودھ گائے استعمال کریں۔ جماع سے پرہیز کر کے ایک ماہ لگاتار استعمال کرنے سے حیرت انگیز نتائج ظہور میں آئیں گے۔ جو بھائی بہت سی ادویات استعمال کر کے بعد مایوس ہو بیٹھے ہوں، وہ ذرا اس نسخے کو استعمال کر کے دیکھیں ؛

قدرتی علاج - لاجواب ترکیب

عمدہ اور صاف ہوا دار کمرے میں بوقت صبح وشام پیشاب پاخانہ سے فارغ ہوکر بدن کے کپڑے اُتار دیں۔صرف لنگوٹ یا لنگو باندھ لیں۔زمین پر کوئی نرم گدیلہ رکھ کر اُس پر سر رکھ کر اُلٹے ہو جائیں یعنی سر نیچے اور پاؤں اُوپر کر لیں۔اگر بغیر سہارے کھڑے نہ رہ سکیں تو دیوار کے قریب عمل کریں۔ اور اُلٹے ہوکر دیوار کے سہارے کھڑے ہو جائیں ؛

پہلے روز صرف آدھ منٹ، دُوسرے روز ایک منٹ، اِسی طرح روزانہ آدھا منٹ بڑھاتے جائیں، یہاں تک کہ پندرہ منٹ تک کھڑے رہنے کی مشق ہو جائے۔زاں بعد جب تک چاہیں، مشق ہذا کو جاری رکھیں ؛

جریان واحتلام کا نام ونشان باقی نہ رہے گا۔چہرے پر خون جھلکنے لگے گا۔بدن موٹا ہونے لگے گا ؛

مُفت تیار ہو جانے والی دوا

پانی کی طرح پتلی منی والا مریض دس روز کے استعمال سے تندرست ہو سکتا ہے۔سیلان الرحم کے لئے بھی یہ از حد مُفید ہے ؛

شیشم یعنی ٹاہلی کے پتّے ایک مُٹھی بھر لے کر چینی کے پیالہ میں ڈیڑھ پاؤ پانی ڈال کر رات کو بھگو دیں۔صُبح مل کر چھان لیں۔گاڑھا لعاب نکلے گا اس میں تین تولہ مصری ملا کر پی لیں۔دس روز کے استعمال سے آرام ہو جائے گا ؛

ایک اور سہل الحصُول نسخہ

گوند ببول (کیکر کی گوند)، مصری کوزہ دونوں ہموزن۔کیکر کی گوند کو گھی میں

بھون لیں۔ اتنا بھونیں کہ کچا بھی نہ رہے اور جل بھی نہ جائے پھر گھی سے نکال کر باریک پیس لیں اور مصری ملائیں۔ بس تیار ہے۔

اس دوا کی خوراک ۶ ماشہ صبح کے وقت دودھ سے لیجئے۔ گرمیوں میں تازہ یا گرم کر کے ٹھنڈا کیا ہوا دودھ لیں اور سردیوں میں نیم گرم۔ پانچ سات روز میں جریان بند ہو جائے گا۔

نوٹ۔ دوا استعمال کرنے سے پہلے قبض کشا دوا کا استعمال کرنا ضروری ہے۔ دوران استعمال میں قبض نہ ہونے دیں۔

حب اکسیر

برہمی بوٹی تازہ ڈیڑھ پاؤ (اگر تازہ نہ مل سکے تو خشک)، برگ شیشم تازہ آدھ سیر، پوست ہلیلہ کابلی ڈیڑھ پاؤ۔ سب چیزوں کو علیحدہ علیحدہ کوٹ کر رات کو پانچ سیر پانی میں بھگو دیں۔ صبح کو آگ پر رکھ کر جوش دیں۔ جب سوا سیر پانی رہ جائے تو مل کر چھان لیں۔ پھر اس میں ۶ تولہ ست شلاجیت اور ۶ تولہ مرگانگ ملا کر کھرل کر کے چنے کے برابر گولیاں بنا لیں۔ صبح و شام ایک ایک گولی گائے کے تازہ دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔ اور دوران استعمال تیل کی چیزوں سے اور کھٹائی سے پرہیز کریں اور جماع سے بھی بچیں۔

یہ گولیاں جریان، احتلام اور سرعت کے لئے واقعی اکسیر ہیں۔ عورتوں کے سیلان کو بند کرتی ہیں۔ دل، دماغ اور جگر کی کمزوری کو دور کرتی ہیں۔ مجرب اور زود اثر ہیں۔

ایک خاندانی راز

اس نسخہ میں سب سے بڑی خوبی یہ ہے کہ یہ نہ صرف جریان کو دُور کرتا ہے بلکہ مادۂ تولید کی اصلاح کر کے اِسے بکثرت پیدا کرتا اور اولاد پیدا کرنے کے قابل بناتا ہے۔ نسخہ یہ ہے :۔

چوب چینی ایک تولہ۔ دار چینی ایک تولہ۔ موصلی سفید پانچ تولہ۔ موصلی سیاہ ۵ تولہ۔ ثعلب ۵ تولہ۔ دانہ الائچی خورد ۲ تولہ۔ خستہ خرما ۲ تولہ۔ پستہ ایک تولہ۔ مغز بادام ۸ تولہ۔ مغز پنبہ دانہ دس تولہ۔ چہار مغز ۱۲ تولہ۔ چھلکا اسبغول ۱۰ تولہ۔

ہر ایک دوا علیحدہ علیحدہ کوٹ چھان کر ایک جگہ ملا دیں۔ چھلکا اسبغول کو کوٹنے کی ضرورت نہیں ہے۔ مغزیات کو باریک پیس لیں۔ جب دوا تیار ہو جائے تو فی خوراک ایک رتی کُشتہ قلعی اضافہ کریں۔

خوراک ۲ تولہ ہے۔ ایک پاؤ دُودھ لے کر ۴ تولہ مصری ملا کر ایک جوش دیں پھر اس میں ۲ تولہ سفوف ملا کر نیچے اُتار لیں اور چمچہ سے مثل کھیر کے کھالیں خواہ صبح کھائیں خواہ ۴ بجے شام۔ ترشئی، تیل وغیرہ سے پرہیز۔ ۲۱ دن میں یا ایک ماہ میں مادہ تولید کی اصلاح ہو جائیگی۔ وُہ گاڑھا غلیظ ہو جائے گا۔

احتلام

یہ عموماً رات کے وقت دورانِ خواب میں ہوتا ہے عُضو میں از خود اِستادگی آتی ہے۔ اس کے بعد شہوانی ولولہ اُٹھتا اور پانی نکلتا ہے۔ عام غالب رائے یہ ہے کہ اگر احتلام دو تین ہفتہ میں ایک مرتبہ سے زیادہ نہ ہو تو آدمی کو کوئی نقصان نہیں پہنچتا۔ اس بیان کی تائید میں اطباء اور دیگر حضرات کچھ

ہی کہیں، احتلام بُرا ہے۔ اس سے دیر میں یا جلدی صحت کو سخت دھکا لگتا ہے
اِس نامراد بیماری کے، جو آدمی کی عقل، طاقت اور مردمی پر بُری طرح پانی پھیرتی
ہے، علاج میں شفاء کامل حاصل کرنے کے لئے سب سے مقدم اور ضروری
بات کامل پارسائی و اجتناب کی زندگی ہے۔ اگر وہ کم یا زیادہ صحبت کرتا
ہو تو چاہیئے کہ وہ فوراً ترکِ جماع کرے۔ دُوسری ضروری بات یہ ہے کہ
زندگی کے ہر شعبہ میں قوتِ ارادی سے ہمیشہ کام لینے کی عادت ڈالی جائے۔
اگر مریض ایسا کرے تو بلا ارادہ انزال سے ہمیشہ کے لئے نجات مل سکتی ہے

احتلام کے چار مجرّب نُسخے

۱۔ ترپھلا ایک تولہ۔ تخم دھتورہ سیاہ ایک تولہ۔ کشتہ فولاد ایک تولہ۔ تخم
بھنگ ایک تولہ۔ کیسر کشمیری ایک تولہ۔ مشک کافور ایک تولہ۔ مصبر ایک
تولہ۔ کُشتہ قلعی ایک تولہ۔ دُودھ بڑ ایک تولہ۔ شُدھ شلاجیت ایک تولہ۔

تمام خشک اشیاء کو باریک کُوٹ کر اور کپڑ چھان کر کے سفوف کو آپس
میں خوب ملالیں۔ پھر شلاجیت اور دُودھ بڑ کو (اگر وُہ جما ہوا ہو اور سخت
ہو تو ۵ تولہ دُودھ میں جوش دے کر یا پانی میں پتلا کر کے ملالیں۔ اور
مندرجہ ذیل جوشاندہ تیار کر کے رگڑتے رہیں۔ جب تمام پانی خشک ہو جائے
تو ۲-۲ رتی (۴ گرین) کی گولیاں بنا کر کام میں لائیں ؎

نسخہ جوشاندہ ــــ پوست خشخاش ½۲ تولہ۔ پھلی ببول تازہ ½۲ تولہ۔
اجوائن خراسانی ½۲ تولہ۔ اِن سب چیزوں کو ایک سیر پانی میں آگ پر جوش
دیں۔ جب پاؤ بھر پانی رہ جائے تو مل کر چھان لیں اور اِس سارے پانی
میں متذکرہ بالا ادویات کو اتنا رگڑیں کہ اِن کی گولیاں تیار ہو سکیں ؎

مقدار خوراک :۔ ایک گولی سے دو گولی تک دن میں دو تین بار ہمراہ دُودھ یا پانی ۔

۲۔ ثعلب مصری ایک تولہ۔ آردسنگھاڑا ایک تولہ، موصلی سفید ایک تولہ تخم فرنجمشک ایک تولہ۔ دانہ ہیل خورد ۶ ماشہ۔ زیخ بند ۶ ماشہ۔ ستاور ۹ ماشہ مغز تخم اوٹنگن ۹ ماشہ شقاقل مصری ۹ ماشہ۔ دارچینی ۶ ماشہ۔ خارخشک گیا ۶ ماشہ۔ کہربائے شمعی ۶ ماشہ۔ تودری سفید ایک تولہ، بہمن سفید ایک تولہ چھلکا اسبغول ۶ ماشہ۔ مغز بادام شیریں ایک تولہ۔ مغز تخم خربوزہ ایک تولہ، مغز پستہ ایک تولہ، مصری سفید پانچ تولہ حسب دستور سفوف بنائیں۔ خوراک ۹ ماشہ ہمراہ شیر گاؤ۔ فوائد :۔ جریان اور سُرعت کے لئے بہت مُفید ہے۔ احتلام کی شکایت دُور کرتا ہے ۔

۳۔ تالمکھانہ۔ کندر۔ نشاستہ۔ آردسنگھاڑا۔ مازُو ہر ایک چار ماشہ کُشتہ سہ دھاتہ ۶ ماشہ۔ کشتہ مرجان ۶ ماشہ، مصری کوزہ ایک تولہ۔ سب کو باریک کر لیں۔ خوراک ۳ ماشہ صبح اور ۳ ماشہ رات کو سوتے وقت ہمراہ شیر گائے۔ دافع جریان و احتلام ہے۔ مجرّب ہے۔ ضرور تجربہ کیجئے ۔

۴۔ مغز کشنیز۔ خشک (چھلکا اتار کر اندر کا مغز ہی استعمال کریں) ۵ تولہ مصری کُوزہ ۵ تولہ۔ دونوں چیزوں کو ہموزن لے کر الگ الگ باریک کر کے ملالیں۔ مقدار خوراک ۔ ۶ ماشہ صبح، ۶ ماشہ شام ہمراہ کشتہ قلعی نصف رتی تازہ پانی (یا ہو سکے تو باسی پانی) کے ساتھ چار پانچ دن استعمال کریں۔ زاں بعد مندرجہ ذیل نسخہ استعمال کریں :۔

اسگندھ ناگوری ۵ تولہ۔ بداری قند ۵ تولہ۔ نبات یعنی مصری سفید ۱۰ تولہ۔ تمام چیزوں کو علیحدہ علیحدہ پیس کر آپس میں ملالیں ۔

مقدار خوراک :- ۶ ماشہ صبح، ۶ ماشہ شام۔ اگر جسم سُرخ یا سفید ہو تو پانی تازہ کے ساتھ، اگر چہرے پر ہوائیاں اُڑتی ہوں تو گائے کے دُودھ کے ساتھ استعمال کریں ٭

احتلام کے مریضوں کے لئے یہ نسخہ یقیناً ایک لاجواب تحفہ ہے!

سُرعت انزال

طبعی امساک کے بغیر میاں بیوی کو کوئی لُطف و راحت محسوس نہیں ہوتی، بلکہ طبیعت پریشان ہو جاتی ہے اور دماغ اکثر تفکرات میں ڈوب جاتا ہے۔ جو خاوند بیوی کے پاس جاتے ہی فارغ ہو جاتے ہیں، اُنہیں بیوی سے سخت شرمندہ ہونا پڑتا ہے۔ اِدھر بیوی بھی نامکمل جماع سے رحم کی متعدد امراض میں مُبتلا ہو جاتی ہے اور اپنی زندگی کو موت سے بدتر سمجھتی ہے۔ آج ۷۰ فیصدی عورتیں اِس نامکمل جماع کی وجہ سے بیمار دکھائی دیتی ہیں ٭

سُرعت کو دُور کرنے والے چند بے خطا نُسخے

۱۔ درخت برگد کے پُختہ پتّے یعنی زرد شدہ جس قدر چاہیں لیکر گرد و غُبار سے صاف کرنے کے بعد برائے نام کُحل ڈالیں اور چھ گُنا پانی کے ہمراہ آہنی کڑاہی میں رات کو بھگو کر صبح نرم آنچ پر اتنی دیر تک پکائیں کہ پتّے گل جائیں تب آگ جلانا بند کر دیں اور گلے ہوئے پتّوں کو اچھی طرح مالش کر کے زلال حاصل کرنے کے بعد ململ کے باریک رُومال سے چھان لیں اور صاف شُدہ زلال کو کسی صاف قلعی شدہ برتن میں ڈال کر نہایت نرم آنچ پر پکائیں۔ جب زُلال مذکور غلیظ القوام ہو جائے، تب مُوصلی سفید کا سفوف ہموزن اور

موصلی سے نصف وزن تالمکھانہ کا سفوف ملائیں اور برتن کو آگ سے فوراً علیحدہ کرلیں۔ پھر چوبی ڈنڈے کی مدد سے اچھی طرح ہلائیں۔ اناں بعد جنگلی بیر کے برابر گولیاں بناکر سایہ میں خشک کرلیں ؛

پانچ چھ گولی تک ہمراہ دُودھ گائے جوش دادہ بوقتِ شب تین چار ہفتے مسلسل کھلائیں اور قدرت کا تماشا دیکھیں۔ اِن گولیوں کے استعمال سے منی پیدا ہوگی، رقیق مادہ منویہ غلیظ ہوکر سُرعت، احتلام اور جریان کی شکایت دُور ہوکر طبعی امساک پیدا ہوکر قوتِ باہ میں بے حد اضافہ ہوگا ؛

۲- فولاد عمدہ ایک چھٹانک لے کر اُسے کھرل میں ڈالیں اور ۵ تولہ سم الفار ملاکر گھیکوار یعنی گنوار گندل کے رس سے آہستہ آہستہ کھرل کریں دو دن کے بعد ٹکیہ بناکر خشک کریں اور کوزہ گلی میں بند و گل حکمت کرکے ۱۵ سیر اُپلوں کی آنچ دیں۔ سرد ہونے پر نکالیں۔ پھر تولہ سم الفار اضافہ کرکے رس گنوار گندل میں ٹکیہ بناکر خشک کرکے حسب دستور آگ دیں۔ کل ۴۰ مرتبہ آنچ دی جاتی ہے اور ۳۶ مرتبہ تک سم الفار ملایا جاتا ہے۔ آخری چار آنچوں میں سم الفار نہیں ملایا جاتا۔ سیاہی مائل یہ خاکستر کشتہ تیار ہوگا۔ اسے خوب کھرل کرکے شیشی میں رکھیں۔ ایک چاول سے چار چاول تک خوراک ہے یکھن یا ملائی سے دیں۔ یہ کشتہ ازحد مقوی باہ ہے اور انسان کو مضبوط اور توانا بناتا ہے۔ قوتِ مردمی کو بڑھاتا اور امساک کی طبعی قوت پیدا کرنے میں بےنظیر ہے۔ جو لوگ صرف سُرعت انزال کے مریض ہوں، انہیں اس کا استعمال کرنا چاہئے۔ یہ کشتہ موسمِ سرما کے لئے نادر تحفہ ہے۔ بہت طاقتور ہے۔ گھی، مکھن، دُودھ، بالائی خوب کھائیں اور ایک مہینے میں صرف ۱۵ خوراک کھایا کریں ؛

۳- یہ دوا بے حد مفید و مؤثر ہے۔ کریلہ جو عام مشہور ترکاری ہے، اس کی بیل کے تازہ سبز پتے لے کر کوٹ کر کپڑے میں سے رس چھان لیں۔ اسے رات بھر شبنم میں رکھیں۔ صبح کو اس کا چہارم حصہ خولنجان جو بوسیدہ نہ ہو، بلکہ عمدہ وزنی ہو، ملا کر کھرل میں ڈال کر پیس لیں۔ جب گولیاں بنانے کے لائق ہو جائے تو ایک ایک تولہ کی گولیاں بنا لیں۔ رات کو ایک گولی کھا کر اوپر سے بھینس کا نیم گرم دودھ میٹھا ملا کر پئیں ــــ سرعت کی شکایت دنوں میں دور ہو کر قدرتی امساک پیدا ہوگا۔

۴- برادہ نارجیل ۴ تولہ۔ کشتہ رانگ ایک تولہ۔ کشتہ بیضہ مرغ ۶ ماشہ۔ کشتہ فولاد ۶ ماشہ۔ چھلکا اسبغول ۳ تولہ۔ کندر ۲ تولہ۔ کوکنارہ ۲ تولہ۔ مویز منقیٰ ۴ تولہ۔ روغن مالکنگنی ۳ تولہ۔ گوند کیکر ۴ تولہ۔ سب سے پہلے منقیٰ اور گوند کیکر کو روغن مالکنگنی میں پیس لیں۔ پھر باقی دوائیں (کشتوں کے علاوہ) کوٹ چھان کر اس میں شامل کر دیں۔ بعد میں کشتے ملا کر رکھ لیں اور رات کو سوتے وقت بقدر ایک ماشہ دوا کھا کر اوپر سے ایک پاؤ دودھ پی لیں۔

فوائد :- یہ دوا رقت و سرعت کے لئے نہایت مفید ہے۔ مثانہ کو قوت دیتی ہے۔

۵- ایک معجزہ نما نسخہ ملاحظہ فرمائیے ــــ قلعی مصفٰے کو لوہے کی کڑاہی میں ڈال کر آگ پر گرم کریں۔ جب پگھل جائے تو قلمی شورہ باریک شدہ کی چٹکی دیتے جائیں اور لکڑی برگد سے ہلاتے جائیں، یہاں تک کہ قلعی کا کشتہ بن جائے۔ اب شورہ ڈالنا بند کر کے آدھ گھنٹہ اور آگ دیں۔ سرد ہونے پر باریک پیس کر پانی سے دھو دیں تاکہ شورہ کی شوریت نکل جائے۔ بعد ازاں چھلکا انڈہ مرغ مصفٰے دو تولہ میں اوپر والا کشتہ قلعی ایک تولہ شامل کر کے سرکہ

انگوری میں سات گھنٹہ کھرل کر کے تین سیر اُپلوں کی آگ دیں۔ اسی طرح پانچ مرتبہ کریں۔ بس اکسیر بے نظیر تیار ہے ؛

خوراک صرف ایک رتی ہمراہ مکھن استعمال کریں اور قدرت کا تماشا دیکھیں۔ وقتی امساک کے علاوہ دائمی امساک بھی پیدا ہوتا ہے، بشرطیکہ پندرہ روز تک پرہیز کے ساتھ استعمال کریں۔ صرف ترش، نمکین اور قابض اشیاء سے پرہیز لازمی ہے۔ یہ کشتہ کیا ہے، بڑھاپے میں جوانی کا لُطف دکھانے والی اور اعصابی کمزوریوں کو دُور کرنے والی، نیز جریان، احتلام، سُرعت انزال، رقتِ منی، عورتوں کے سیلان الرحم یعنی لیکوریا کو دُور کرنے والی اکسیرِ لاجواب ہے!

۶۔ قدرتی اِمساک پیدا کرنے کی عجیب ترکیب

حال ہی میں مجھے ایک کتاب کے چند اوراق ملے ہیں۔ کتاب کا نام معلوم نہیں ہو سکا۔ اس میں قدرتی طور پر امساک پیدا کرنے کی ایک عجیب و غریب ترکیب اس طرح دی گئی ہے :-

روزانہ سورج نکلنے سے قبل اور غروب ہونے کے بعد ضروری حاجات سے فارغ ہو کر پاکیزہ مقام پر جہاں ہوا کی آمد و رفت کھلی ہو، آلتی پالتی مار کر آسن جماؤ۔ بعد اس طرح کہ دائیں پاؤں کی ایڑی مقعد اور خصیہ کی درمیانی جگہ پر خوب مضبوطی سے جا لگے۔ اور بائیں پیر کی ایڑی عضوِ تناسل سے اوپر اس طرح لگا رکھو کہ دونوں پیروں کی ایڑیوں کے بیچ میں عضوِ تناسل آ جائے۔ کمر اور ریڑھ کی ہڈی کو سیدھا کرو۔ جب تم اس طرح بیٹھو گے تو چوتڑ زمین سے اُٹھے رہیں گے۔ اس میں شک نہیں کہ ابتداء میں کچھ دقت معلوم ہو گی۔ اس لئے تکیہ کے سہارے بیٹھ سکتے ہو۔ دونوں ہاتھوں کو گود میں رکھ لو۔ اس کے بعد

حبس دم یعنی پرانایام کرو۔ پہلے سانس کو آہستہ آہستہ باہر نکالو اور سانس
بند کر کے باہر روک کر مقعد کو اُوپر کی طرف زور سے سکیڑو۔ اِسی طرح جس قدر
دیر تک سکیڑ سکو سُکیڑے رکھو۔ جب دم گھٹنے لگے تو آہستہ آہستہ سانس
کو ناک کے راستہ اندر کی طرف کھینچو اور پہلے پھیپھڑوں کے نچلے حصّہ میں ہوا بھرو
مگر مقعد کا کھچاؤ ڈھیلا نہیں ہونا چاہئیے۔ اور جب پیٹ اور سینہ میں ہوا
بھر جائے تو اس کو اندر روکے رکھو۔ جب باہر نکالنے کے لئے مجبور ہونے لگو
تو بہت آہستہ آہستہ خارج کر دو۔ یہاں تک کہ تمام پیٹ اور چھاتی سانس
سے خالی ہو جائے۔ سانس کو اِس آہستگی اور اطمینان کے ساتھ لیا اور خارج کیا
جائے کہ اس میں آواز پیدا نہ ہو۔ پہلے دن دو، دُوسرے دن چار، تیسرے دِن چھ
بار یہ عمل کرو۔ اِسی سِلسلہ سے قوتِ برداشت کے لحاظ سے بڑھاتے ہوئے اس
کی تعداد اسّی تک پہنچائی جا سکتی ہے۔ اور سانس روکنے کا وقفہ شروع میں
باہر نکالنے کا چھ اور اندر کھینچنے کا تین تک گننے کا ہے۔ گنتی زبان سے
نہیں بلکہ دِل میں کرنی چاہئیے۔ بعد ازاں بتدریج اپنی طاقت کے مطابق اِس مشق
کو بڑھاتے جاؤ۔ سانس روکنے کی طاقت عام طور پر تو ایک آدھ منٹ تک
بڑھ سکتی ہے۔ مگر اس آسن پر بیٹھنے کی مشق بہت دیر تک کی جا سکتی ہے۔ اگر
پرانایام بہت زیادہ وقت تک نہ کیا جا سکے تو بھی مقعد سکیڑ کر ایک گھنٹہ تک
بیٹھنے کی مشق بہم پہنچا لینا اخراجِ منی کی چال کو بس کی بات بنا دیتا ہے۔ اس
عمل سے دو زبردست فوائد حاصل ہوں گے۔ پہلا یہ کہ قوتِ متخیلہ ایک مرکز
پر قائم رہنے کی عادی ہو جائے گی۔ دُوسرا حسبِ ضرورت خواہش اِمساک
قائم رکھنے کی طاقت آ جائے گی۔ عموماً پٹھوں کا کھچاؤ ہی نہ رہنے سے سُرعتِ انزال
یعنی کمی امساک جیسا مرض دامنگیر ہوتا ہے۔ اور اگر صحبت کرتے وقت مقعد

کا کھچاؤ قائم رہے گا تو انزال ہو ہی نہیں سکتا۔ امساک کی یہ بہترین قدرتی ترکیب تمام امراضِ منی کو دُور کرنے میں اپنا جواب نہیں رکھتی ۔

سُستی، نامردی، ناطاقتی

آج کل ضعفِ باہ کی شکایت بہت سُننے میں آتی ہے۔ پہلے پہل تو جوشِ جوانی میں انسان کو کوئی کمزوری یا نقص محسوس نہیں ہوتا۔ لیکن آہستہ آہستہ عضوِ تناسل کی رگوں و پٹھوں میں کمزوری و سُستی آجاتی ہے۔ انتشار کے وقت مطلوبہ قد میں کمی واقع ہو جاتی ہے۔ دل میں جماع کی خواہش موجود رہتی ہے اور عضو میں حرکت بھی پیدا ہو جاتی ہے۔ لیکن تھوڑی دیر کے بعد غائب ہو جاتی ہے ا جو بعض اوقات شرمندگی کا باعث بنتی ہے۔ آخرکار خالی اکساہٹ سے منی کا اخراج ہو جاتا ہے اور رفتہ رفتہ پھر ایسی حالت ہو جاتی ہے کہ انتشار ہوتا ہی نہیں اور جماع کی خواہش ختم ہو جاتی ہے۔ اگر اس کا علاج نہ کیا جائے تو انسان ہمیشہ کے قوتِ مردمی سے محروم ہو جاتا ہے ۔

جن لوگوں کو مجامعت کی پوری پوری خواہش ہونے پر بھی مکمل انتشار نہ ہوتا ہو، جن کے عضو میں سُستی اور ڈھیلاپن کی شکایت موجود ہو وہ روزانہ بلاناغہ اُسترے کا استعمال کریں تو ایک دو ماہ ہی میں حیرت انگیز فوائد ظہور میں آنے لگیں گے۔ شادی شدہ مردوں کے لئے اُسترے سے بہتر اور کوئی محرکِ باہ چیز نہیں ہے ۔

قدیم زمانہ میں یونانی حکما ضعفِ باہ کے مریضوں کو اُسترے کے بلاناغہ استعمال کی خاص طور پر تاکید کرتے تھے۔ مجربات بوعلی سینا میں لکھا ہے کہ "اُسترے کا بلاناغہ استعمال کرنا عضو کو جوان بناتا ہے۔ اُسترے کی رگڑ سے عضو میں

خُون کا دَورہ تیز ہو جاتا ہے۔ اور یہ تازہ خون عُضو میں حرکت و قوت پیدا کرتا ہے ؛

یوگیوں کا ایک پوشیدہ راز

صُبح کے وقت حاجاتِ ضروریہ سے فارغ ہو کر غسل کریں اور کسی ہوادار جگہ پر بالکل سیدھے کھڑے ہو جائیں۔ آہستہ آہستہ اندر کا سانس ناک کے راستہ باہر نکالنا شروع کریں۔ ناف کو پیٹ کے اندر سکیڑنے کی کوشش کریں۔ حتیٰ کہ سارا پیٹ اِکٹھا ہو کر ریڑھ کی ہڈی کے ساتھ لگ جائے آدھا منٹ یا کم و بیش جتنی دیر روک سکیں، سانس کو باہر ہی روکے رہیں اور پیٹ کو خوب اچھی طرح سکیڑے رکھیں۔ پھر آہستہ آہستہ سانس اندر کھینچنا شروع کر دیں اور پیٹ کو بھی ڈھیلا چھوڑتے جائیں، حتیٰ کہ وُہ اپنی اصلی حالت پر آ جائے۔ اسی طریقہ سے تین چار مرتبہ یہی عمل کریں۔ اِس سے زیادہ مرتبہ یہ عمل کرنا عام لوگوں کے لئے منع ہے۔ یہ عمل صبح و شام دو دفعہ خالی معدے کی حالت میں کرنا چاہیئے پیٹ خوراک سے بھرا ہوُا ہو تو یہ عمل کامیاب نہیں ہو سکتا۔ پہلے چند روز تک پیٹ کو اکٹھا کر کے پیٹھ سے لگانا محال بلکہ ناممکن معلوم ہو گا۔ مگر کچھ دنوں کی مشق سے یہی ناممکن ممکن بن جائے گا اور سب کام آسانی سے ہونے لگے گا۔ اِس عمل سے مرکزِ تناسل میں تحریک پیدا ہوتی ہے اور چند ہفتوں کے بعد قوتِ باہ میں یقیناً نمایاں فرق معلوم ہونے لگتا ہے۔ عضوِ تناسل میں پہلے سے زیادہ تیزی اور تُندی آنے لگتی ہے۔ یہ عمل روزمرہ کا معمول بنا لینا چاہیئے اور ایک قسم کی مُفید صحت ورزش سمجھ کر نہایت شوق سے ہر روز صبح و شام دونوں وقت کرنا چاہیئے۔ قوت کو تحریک دینے کے علاوہ یہ طریقہ پیٹ کی تمام امراض

کو دُور کرنے کے لئے بھی نہایت کرشمہ کار فوائد کا حامل ہے ؛

چند مفید نسخے

۱۔ مغز بادام شیریں آدھ پاؤ کو دُودھ میں بھگو کر چھلکا اُتار لیں پھر ان کو تھوڑے سے دُودھ میں خوب باریک پیس لیں اور پانچ سیر دُودھ میں ملا لیں۔ اِس کے بعد مُوصلی سفید آدھ سیر کا سفوف اِس دُودھ میں ڈال کر آگ پہ پکائیں۔ جب کھویا ہو جائے تو سیر بھر گھی میں بھُون لیں۔ جب اچھی طرح سُرخ ہو جائے تو مندرجہ ذیل دواؤں کا باریک سفوف ملا لیں اور تھوڑی دیر بھون کر اُتار لیں :-

ستاور۔ جائفل۔ اسگندھ۔ گوکھرو۔ زیرہ سفید۔ اجمود۔ چترک۔ پترج۔ سونٹھ۔ مرچ سیاہ۔ اجوائن۔ آملہ۔ کچُور۔ دھنیا۔ ہلیلہ۔ ناگر موتھا۔ سمندر سوکھ۔ پیپلامُول۔ لونگ۔ جاوتری۔ ناگ کیسر۔ باگ بلا۔ اتی بلا۔ تالمکھانہ۔ کریٹھی۔ کونچ بیج۔ مغز پستہ۔ اصل السوس۔ مقشر سنگھاڑا۔ گوند سینبل۔ کنول گٹہ۔ مغز بادام لمباشیر۔ کنکول۔ عقرقرحا۔ مغز چلغوزہ۔ کافور۔ مغز اخروٹ ہر ایک ایک تولہ۔ موصلی سینبل ۲ تولہ۔ دانہ الائچی خورد۔ دار چینی۔ زعفران۔ موتی ہر ایک ۶ ماشہ۔ کُنجد مقشر ایک پاؤ۔ چندر اودے رس ایک تولہ۔ کشتہ نقرہ ایک تولہ۔ کشتہ ابرک سیاہ ۹ ماشہ۔ شکر سفید دو سیر۔ خوراک ایک تولہ سے ۲ تولہ ؛

فوائد ـــــ باہ کو قوت پہنچانے کا شاہی نسخہ ہے۔ اِس سے رِقّت، سُرعت کثرت عیاشی یا غلط کاری کی وجہ سے پیدا شدہ تمام امراض دُور ہو جاتے ہیں نامرد مرد بن جاتا ہے۔ مفرح، مبہی، مقوی، ممسک ہے۔ چہرے کا رنگ سُرخ ہو جاتا ہے۔ جو شخص شراب خوری کی زیادتی کی وجہ سے ناکارہ ہو چکا ہو، یا وہ

شخص جس میں اولاد پیدا کرنے کی قابلیت نہ ہو، اگر اِس نسخے کو استعمال کرے تو خاطر خواہ فائدہ پہنچ سکتا ہے ؛

۲۔ کُشتہ طِلاء ۳ ماشہ۔ رس سیندور ۶ ماشہ۔ کافور ۶ ماشہ۔ جائفل ایک تولہ۔ فلفل دراز ایک تولہ کستوری خالص ایک ماشہ۔ پانی کی امداد سے رتی رتی برابر گولیاں تیار کریں۔ اور ایک گولی رات کو سوتے وقت ہمراہ دُودھ (جو شہد سے میٹھا کیا گیا ہو) استعمال کریں ؛

فوائد۔۔ یہ گولیاں مقوی باہ اِس قدر ہیں کہ پہلے روز ہی اپنا اثر دِکھاتی ہیں۔ خوراک کو جزوِ بدن بنانا اور خُون پیدا کرنا اِن کا ایک ادنےٰ کرشمہ ہے! طاقتِ بدن بڑھا کر نئی جوانی پیدا کرتی ہیں۔ باوجود محرک باہ ہونے کے سُرعتِ انزال کا قلع قمع کر دیتی ہیں ؛

۳۔ تخم پیاز ۳ ماشہ۔ کھانڈ ۳ ماشہ۔ دونوں کو ملا کر گرم دُودھ کے ساتھ روزانہ چند روز تک استعمال کریں اور قدرت کا تماشا دیکھیں یہ صرف ایک خوراک کا وزن ہے ؛

۴۔ خُفیہ طاقتوں کو بیدار کرنے والی گولیاں

فیری ایٹ کونین سائٹراس دو گرین۔ ایکسٹریکٹ نکسوامیکا ½ گرین۔ ایکسٹریکٹ ڈامیانہ ایک گرین۔ پل فاسفورس ایک گرین۔ گولڈ کلورائیڈ ½ گرین۔ یوہمبین ہائیڈروکلور (مرک)، ایکسٹریکٹ کوکا ہر ایک ¼ گرین۔ ایکسٹریکٹ جنشن حسب ضرورت مرض۔

پہلے گولڈ کلورائیڈ اور فیری ایٹ کونین سائٹراس کو کھرل میں ڈال کر باریک کریں۔ پھر ایکسٹریکٹ نکسوامیکا ڈال کر پیس لیں۔ پھر سب چیزیں اچھی طرح

ملاکر متواتر تین یا چار گھنٹہ کھرل کریں۔ یہ وزن ایک گولی کا ہے۔ اس مناسبت سے جس قدر چاہیں، بنوالیں ۔

مُردہ رگوں میں نئی جان ڈالنے والے تیل

منٹوں میں تیار ہوتا ہے :-

لائیکوار ایسپاسٹک ۔ کروٹن آئیل ۔ پیپرمنٹ آئیل ۔ سنی من آئیل ۔ یوکلپٹس آئیل ۔ عطر صندل یا عطر گلاب ہر ایک نصف تولہ ۔ روغن بیضہ مُرغ ۔ روغن بادام ۔ روغن چنبیلی خالص ۔ اولیو آئیل ۔ چربی شیر ہر ایک اڑھائی تولہ ۔ کاڈلور آئیل پانچ تولہ ۔

رات کو سوتے وقت ۲ رتی طلاء لے کر عضوِ مخصوص پر خوب مالش کر کے اُوپر سے بڑگہ پان یا ارنڈ کا پتا لپیٹ کر لنگوٹ باندھ لیں ۔ صبح گرم پانی اور صابن سے دھوکر تولیئے سے صاف کر دیا کریں ۔ ایک ماہ کے استعمال سے مُردہ رگوں میں نئی جان پڑ جائے گی ۔ دورانِ استعمال میں عضو کو سرد پانی نہ لگنے دیں ۔ جماع سے پرہیز کریں ۔

تین روز میں شفاء

سم الفار سفید ایک تولہ ۔ گلیسرین ایک اونس ۔ سم الفار باریک پیس کر ایک تام چینی کے پیالے میں ڈال کر گلیسرین بھی ڈال دیں اور نرم آنچ پر رکھیں جب اُبلنے لگ جائے ، نیچے اُتار لیں ۔ اگر پیندے میں سم الفار نظر آئے ، پھر آگ پر رکھیں ۔ جب تمام حل ہو جائے تو چھ ماشہ رتن جوت ڈال کر رنگین بنا دیں ۔

اِس طلاء کی صرف ایک بُوند عضوتناسل کی پُشت پر مل دیں۔ اگر زیادہ کمزوری ہو تو برگ پان باندھیں۔ تین روز کافی ہے ؞

ایک خاندانی راز

نسخہ — ہیرا ہینگ خالص آٹھ ماشہ۔ سیماب یعنی پارہ چار ماشہ۔ شہد خالص تین تولہ۔

کسی عمدہ کھرل میں ہینگ کو ڈال کر کھرل کریں۔ باریک ہونے پر پارہ شامل کریں۔ پھر تھوڑا تھوڑا شہد ملاتے اور کھرل کرتے جائیں، یہاں تک کہ شہد ختم ہو جائے۔ ازاں بعد اتنا کھرل کریں کہ اس میں چمک باقی نہ رہے ؞

ترکیب استعمال۔ روزانہ ۲ ماشہ دوا لے کر عضوِ مخصوص کی صرف پُشت پر لیپ کر کے اُوپر پان کا پتّا باندھ دیا کریں۔ رات کو سوتے وقت ؞

خوشبودار مقوّی باہ طلاء

اجزاء — روغن سانڈہ خالص ۵ تولہ۔ تازہ بیر بہوٹی ۵ تولہ۔ عطر حنا عمدہ ایک تولہ۔

ترکیب تیاری — پہلے کسی عمدہ اور صاف کھرل میں بیر بہوٹی کو دو تین گھنٹہ تک خوب ہی زور دار ہاتھوں سے کھرل کریں تاکہ یہ تیل کی طرح نرم اور ایک جان ہو جائیں۔ پھر روغن سانڈہ اور عطر حنا ملا کر پندرہ بیس منٹ تک کھرل کر کے رکھ لیں۔ بس طلاء اکسیری تیار ہے ؞

ترکیب استعمال و فوائد — رات کو سوتے وقت اس طلاء کی تمام عضو پر مالش کریں۔ فوطوں پر بھی، سیون پر بھی۔ سب جگہ مالش کر کے جذب

کر دیں۔ اس سے کسی قسم کے زخم یا پھنسی کے ہو جانے کا امکان نہیں ہے۔ یہ طلاء عضو کی رگوں میں حرارت پہنچا کر اس میں دوران خون کو تیز کرتا ہے۔ ایک ماہ کا استعمال اچھے نتائج پیدا کر دیتا ہے ؛

سوزاک کے لئے جادو اثر نسخے

نئے سوزاک کی لاجواب دوا۔ یہ دوا جو کہ عرق کی صورت میں ہے، سوزاک کی جلن اور سوزش کے لئے نہایت ہی اکسیر ثابت ہوئی ہے۔ نیا سوزاک تو اس کی چند خوراکوں سے کافور ہو جاتا ہے ؛

نسخہ۔ ہرے دھنیئے کے پتوں کا پانی مصفےٰ مقطر دس تولہ۔ برانڈی خالص دو تولہ۔ روغن صندل اعلےٰ قسم چھ ماشہ۔ ان تینوں چیزوں کو باہم ملا کر شیشی میں محفوظ رکھیں۔ ایک تولہ صبح اور ایک تولہ شام پلا دیا کریں۔ اگر ہرا دھنیا نہ مل سکے تو پھر خشک دھنیا نیم کوفتہ پانچ تولہ کو رات پانی میں بھگو دیں صبح کو اُسے جوش دیں۔ جب آدھ پاؤ پانی باقی رہے تب چھان کر کام میں لائیں ؛

نوٹ۔ بہتر ہے کہ اس دوا کو تازہ تیار کرا کر استعمال کرائیں ؛

ایک اور نسخہ۔ پرانے سوزاک میں جہاں جلن وغیرہ بالکل نہ ہو، اس دوا کا استعمال بے سود ہوگا۔ سوزاک کی ابتداء میں جب کہ پیشاب کی تنگی اور جلن کی شکایت ہو، یہ دوا لاثانی ہے۔ اِدھر استعمال کیا، اُدھر اثر ہوا۔ دو تین روز اس کا استعمال کرانے کے بعد جب پیشاب کی جلن وغیرہ دور ہو کر پیشاب نہایت آسانی سے اور کھل کر ہونے لگے، تب کوئی اور دوا استعمال کرائیں ؛

کسی انگریزی دوا فروش سے "ٹنکچر کینیبس انڈیکا" لے آئیے۔ بس پہلے

ہی سے تیار ہے۔ چار پانچ تولہ تازہ پانی میں پانچ سات، قطرے پلائیں دن میں چار مرتبہ ؞

سوزاک کی لاجواب پڑیہ — پہلے اندری جلاب دے کر پھر سوزاک کی پڑیہ استعمال کرانی چاہیئے۔ اس کو بندہ نے درجنوں ہی مریضوں کو استعمال کرایا ہے۔ سب نے اس کی تعریف کی ہے۔ سوزاک خواہ کیسا ہی پرانا ہو، اس کے استعمال سے اکثر آرام آجاتا ہے ؞

اندری جلاب — مولی کو معہ پتوں کے کوٹ کر اس کا پانی پاؤ بھر نکال لیں اور قلمی شورہ ایک ماشہ اس کے ساتھ نگل جائیں۔ اس سے خوب کھل کر پیشاب آجائے گا۔ بس یہی اندری جلاب ہے۔

پڑیہ سوزاک — سنگ جراحت ایک تولہ چار ماشہ۔ طباشیر آٹھ ماشہ۔ ست بروزہ ایک تولہ۔ الائچی خورد چار ماشہ۔ کباب چینی ایک تولہ۔ شورہ قلمی آٹھ ماشہ۔ بسکھپرا ایک تولہ چار ماشہ۔

ان سب کو الگ الگ کوٹ چھان کر اوپر دئیے گئے وزن کے برابر وزن کر کے ملالیں اور آٹھ پڑیہ بنالیں۔ ہر پڑیہ میں دس بوند تیل صندل بھی شامل کر دیں۔

موسم سرما میں ایک پڑیہ صبح اور ایک پڑیہ شام ہمراہ دودھ دیں۔ موسم گرما میں دودھ کی کچی لسی سے دیں۔ سولہ پڑیہ میں مکمل آرام آجائے گا۔

درجنوں مریضوں پر اس کا کامیاب تجربہ کیا جاچکا ہے ؞

اٹھارہواں باب

ضبطِ تولید — برتھ کنٹرول

حمل روک کر شرح پیدائش پر قابو حاصل کرنے کا نام ضبطِ تولید ہے۔ یاد رہے کہ حمل روکنے سے کسی جان کا ضائع کرنا لازم نہیں آتا اِس لئے کہ حمل کے ابتدائی دنوں تک جنین محض بے جان ہوتا ہے۔ برتھ کنٹرول سے اصل میں مردوں اور عورتوں میں اپنی اپنی ذمہ داریوں کا احساس پیدا کرنا مقصود ہے۔ وہ عورتیں جو سل ودق، امراضِ قلب، امراضِ گردہ، ذیابیطس شکری یا رسولی گلہڑ وغیرہ امراض میں مبتلا ہیں، وہ عموماً حمل کے دوران میں یا وضع حمل کے وقت مرجاتی ہیں۔ صرف امریکہ میں پچھلے سال ایسی ۲۰ ہزار سے زیادہ مائیں حمل کا شکار ہوئی ہیں۔ اور ایسی مائیں تو بے حساب ہیں جو حمل کے بعد ہمیشہ کی روگی بن کر رہ گئی ہیں۔ جو عورتیں اِن بیماریوں کے باعث مریں، درحقیقت اُن کی جانیں مُفت ضائع ہوئیں۔ اگر وقت پر اُن کو ضبطِ تولید کے متعلق ضروری ہدایات مل جاتیں تو یقیناً اتنی جانیں ضائع نہ ہوتیں۔

ضبطِ تولید کی نہ صرف ماؤں کی صحت کو برقرار رکھنے کے لئے ضرورت ہے، بلکہ اس لئے بھی اس کی ضرورت ہے کہ یہ بچوں کی شرح اموات کو کم کرنے کا مؤثر ذریعہ ہے۔ بچوں کی نشو ونما پر دو صورتوں کا براہِ راست اثر ہوتا ہے —

(۱) اوّل باپ کی آمدنی کا — باپ کی آمدنی بڑھتی ہے تو خاندان کے زیادہ سے زیادہ افراد کی زندگیاں بڑھتی ہیں۔ آمدنی گھٹتی ہے تو بچوں کی بڑی تعداد

موت کا شکار ہو جاتی ہے۔ (۲) دُوسری صورت جو بچوں کی موت اور نشوونما پر اثر ڈالتی ہے، وُہ اُن کے پیدا ہونے کا وقفہ ہے۔ اگر ہر بچّے کی پیدائش میں تین یا چار برس کا وقفہ ہوتا ہے تو ماں کو اپنی صحت دُرست کرنے کا موقعہ حاصل ہوتا ہے۔ ریاستہائے متحدہ امریکہ چلڈرن بیورو کے انچارج ڈاکٹر وُڈبری صاحب نے نہایت دلچسپ اعداد و شمار شائع کئے ہیں۔ اِن اعداد سے ظاہر ہے کہ جب بچّے تھوڑے تھوڑے وقفوں سے پیدا ہوتے ہیں تو اِن میں شرح اموات زیادہ ہوتی ہے۔ مثلاً جو بچّے تین تین سال کے وقفہ سے پیدا ہوئے، اُن میں شرح اموات ۸۶ فی ہزار، جو دو سال کے وقفہ سے پیدا ہوئے، اُن میں ۹۸ فی ہزار اور جو ایک ایک سال کے وقفہ سے پیدا ہوئے، اُن میں ۱۴۶ فی ہزار رہی ؎

جو لوگ اِس قدر مفلس ہیں کہ بچّوں کا خرچ برداشت نہیں کر سکتے، اُنہیں انسدادِ حمل کے طریقے سکھلائے جانے چاہئیں۔ طبّی نقطۂ خیال سے ایسے طریقے سکھلانا اِس لئے بھی ضروری ہے کہ ان کی عدم حاضری میں جو لوگ مزید بچّوں کے اخراجات کے متکفل نہیں ہو سکتے، اُنہیں اسقاطِ حمل کرانا پڑتا ہے جس سے عورتوں کو طرح طرح کی امراض اور تکالیف لاحق ہوتی ہیں ؎

برتھ کنٹرول اور مشاہیرِ عالم

ڈاکٹر رابندر ناتھ ٹیگور "میری رائے میں برتھ کنٹرول اس صدی کی نہایت اہم اور بڑی مُفید تحریک ہے۔ نہ صرف اِس اعتبار سے کہ یہ عورتوں کو بے ضرورت بچّہ کشی کی زحمتوں سے بچاتی ہے بلکہ اِس حیثیت سے کہ دُنیا کی آبادی کو کم کر کے صحیح معنوں میں امن قائم رکھتی ہے" ؎

ایچ - جی - ویلز (مشہور سائنس دان اور مصنّف) "میں حیران ہوں کہ لوگ کس طرح کسی مسئلے کی مخالفت کرتے ہیں جبکہ اسے سمجھتے نہیں؟ کیونکہ کسی فعل سے باز رہنے کا اعلان کرتے ہیں جبکہ اسے جانتے نہیں۔ میری رائے میں ہر مہذب آدمی کو برتھ کنٹرول کے اصولوں کا مطالعہ کرنا چاہئے۔ اس لئے کہ ناواقف آدمی سوسائٹی کا ایسا گندہ جزو ہے جو اپنی گندگی میں اپنے ہمسایوں کو بھی سان دیتا ہے"۔

حضرت مولانا ابوالکلام آزاد:- "برتھ کنٹرول ایک خالص طبّی اور اجتماعی مسئلہ ہے۔ اگر اصحاب علم محسوس کریں کہ سوسائٹی کے مصالح کے تحفّظ کے لئے اس کی ضرورت ہے تو ضرور اس کے حق میں رائے دے سکتے ہیں۔ بلاشبہ ضبطِ نفس اصل آئیڈیل ہے لیکن معلوم ہے کہ وہ عملاً چل نہیں سکتی۔ کم از کم اس وقت تک کا انسانی تجربہ یہی ہے۔ ایسی حالت میں جو لوگ طبّی، منزلی، خاندانی، اجتماعی اور اقتصادی مقتضیات پر زور دیتے ہیں، یقیناً ان کے دلائل کی قوّت سے انکار نہیں کیا جا سکتا"۔

مسز سروجنی نائیڈو:- ضبطِ تولید پر سب سے بڑا اعتراض یہ ہے کہ اس سے ملک میں بداخلاقی پھیل جائے گی۔ یاد رکھنا چاہئے کہ دنیا میں کوئی ایسی چیز نہیں ہے جس میں خوبیاں اور برائیاں نہ ہوں۔ اگر ہم یہ تسلیم کر لیں کہ ضبطِ تولید کی تحریک ملک میں بداخلاقی پیدا کر دیگی تو پھر میں آپ سے پوچھ سکتی ہوں کہ کیا یہ بے حیائی و بداخلاقی نہیں کہ اس دنیا میں ایسے بچّوں کا وجود ہو جسے نہ ان کے والدین اور نہ سماج کھانے کے لئے روٹی، پہننے کے لئے کپڑا، رہنے کے لئے مکان دے سکتا ہے۔ کیا یہ بداخلاقی نہیں کہ ایسی قوم کی تشکیل کی جائے، جن کی نہ ابتدائی تعلیم ہے اور نہ وہ شہری حقوق و فرائض

سمجھ سکتے ہیں؛ علاوہ ازیں کیا یہ عمرانی گناہ نہیں ہے کہ ایک عورت کو اُسکی مرضی کے خلاف وضع حمل کی تکلیف و مصیبت برداشت کرنے کے لیئے مجبور کیا جائے؟

سر رائیڈر ہیگرڈ (مشہور مصنف) "ہمارے مُلک کو اگر جزیروں کے باشندوں کی کثرتِ اولاد سے سبق لینا ہے اور افریقہ جیسے ممالک کی مثال ہمارے لئے ہوش رُبا ثابت ہوسکتی ہے تو میں اس تحریک کی ضرور تائید کروں گا۔ یہ برطانوی شہنشاہیت کو قائم رکھنے اور ہماری تھوڑی سی نسل کو مکمل و مضبوط بنانے میں بہترین مدد ہے"؛

مسٹر اے۔ جے۔ ہائی سمین (ماہر اقتصادیات) "جب شرح پیدائش کم ہوتی ہے تو شرح آمدنی بڑھ جاتی ہے۔ چنانچہ یہ واقعہ ہے کہ پچاس سال پہلے ملک ہالینڈ میں شرح پیدائش زیادہ رہی اور اس مُلک نے ۱۸۹۵ء میں اس نظریے کو تسلیم کرادیا کہ افزائش نسل کو روکنے کی ضرورت ہے۔ اس اصول کے مطابق ملک اپنی اقتصادی ضروریات کو کنٹرول میں رکھ سکتا ہے۔ جتنے مُنہ کھانے والے اُتنے ہی ہاتھ کمانے والے۔ زیادہ مُنہ پیدا کرنا اور کمانے والے ہاتھوں کی کمی ملک میں نکبت و افلاس پیدا کرے گی"؛

پروفیسر کارپنٹر (شکاگو) "کسی قوم کی ترقی و فروغ افزائش نسل کے ساتھ گھٹتا بڑھتا ہے۔ قوم میں جب تک اچھے افراد کے تندرست و توانا رکھنے اور مکمل پرورش کا سامان نہ ہو، ایسی قوم کی طاقت جلد زائل ہو جائے گی"؛

پروفیسر یونین (امریکہ)۔ "اُس وقت تک کوئی ملت تباہ و برباد نہیں ہوتی جب تک کہ اُس کے افراد کی پیشانیوں پر کمزوری اور مختلف عوارض کے آثار ظاہر نہ ہو جائیں۔ جب کسی قوم میں یہ علامتیں ظاہر ہو جائیں تو اُسے لازم ہے کہ پیدائش کا سلسلہ بند کر کے موجودہ آبادی کی تندرستی کی کوشش کرے، ورنہ

جو انجام روما، یونان اور کارتھیج کی آبادی کا ہوا، وہی ایسی ملت کا ہوگا"۔

سر ولیم بیلس (مشہور ماہر علم الحیوان)، "میرے خیال میں تدابیر مانع حمل کے صرف دو بڑے فائدے ہو سکتے ہیں۔ اوّل یہ کہ عورت کی صحت متواتر حاملہ ہونے سے خراب ہو جاتی ہے۔ اور جو اولاد اس طرح پیدا ہوتی ہے، وہ بھی کمزور اور ہمیشہ کی روگی ہوتی ہے۔ دوسرے ان تدابیر سے زوجین میں الفت و محبت بڑھتی ہے"۔

ڈاکٹر ڈی۔ وینکٹا راما ریڈی (پروفیسر اقتصادیات۔ بلگام) —
"اس نظریے کے لئے ہندوستان میں تجربے کا وسیع میدان ہے اور ضرورت ہے کہ کھلے دل کے لوگ اس کی اہمیت کو اب سمجھ لیں"۔

ڈاکٹر وان۔ ڈی۔ والڈی (مشہور طبیب اور ماہر جنسیات)، "میں اپنے مریضوں کو کبھی یہ مشورہ نہ دونگا کہ وہ شادی کے بعد ضبطِ تولید کا مقصد حاصل کرنے کے لئے ضبطِ نفس کے اصول پر کاربند ہوں، کیونکہ یہ میاں بیوی کے لئے نہایت درجے نقصان دِہ عمل ہے۔ یہ فعل شادی کے مقصد کو ہی شکست دے دیتا ہے۔ خاص کر اس حالت میں کہ شادی دو دلوں کے باہم ملنے سے ہوئی ہو۔ جنسی تعلقات ختم ہونے کے بعد میاں بیوی کی مسرت و شادمانی بالکل تباہ ہو جاتی ہے۔ یہ طریقہ طرفین کے لئے یکساں ضرر رساں ہے کیونکہ یہ ازدواج کے مقصد سے ٹکراتا ہے"۔

ڈاکٹر میری سٹوپس۔ پی۔ ایچ۔ ڈی (برتھ کنٹرول کی مشہور داعیہ)، —
"ہندوستانی خواتین کے لئے بھی ضبطِ تولید کے محفوظ طریقوں کا علم اسی قدر ضروری ہے جس قدر انگلستان یا کسی دوسرے ملک کی عورتوں کے لئے۔ یہ مسئلہ کسی خاص قوم یا طبقے سے نہیں بلکہ پورے عالم نسواں سے تعلق رکھتا ہے۔ عورت چاہے کتنی ہی دولتمند کیوں نہ ہو، متواتر حمل سے اُس کی قوت زائل ہو

جاتی ہے۔ اور اس کے نتیجے نوزائیدہ بچے کو برداشت کرنے پڑتے ہیں"

ڈاکٹر مارگریٹ سینگر (امریکہ کی مشہور داعیۂ ضبط تولید):۔ شرح پیدائش پر قابو حاصل کرنے کا مقصد صرف یہ ہے کہ جس طرح ہم اپنے موٹروں پر اختیار رکھتے ہیں، اپنے وقت، اپنی بھوک اور اپنے وسائلِ معاش پر قابو رکھتے ہیں، اسی طرح ہم اپنے بچوں کی پیدائش پر کنٹرول حاصل کر لیں۔ برتھ کنٹرول سے مردوں اور عورتوں میں اپنی اپنی ذمہ داریوں کا احساس پیدا کرنا مقصود ہے"۔

ڈاکٹر ہلینا رائٹ۔ ایم۔ ڈی "بعض ریاستوں میں طلاق کم ہو رہی ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ لوگ بہتر ازدواجی زندگی کے قائل ہو رہے ہیں۔ اور اس باب میں ان کتابوں سے جو عیاشی کے خلاف اور برتھ کنٹرول کی تائید میں عقل کی روشنی کے ساتھ لکھی گئی تھیں، بہت مدد ملی ہے"۔

ڈاکٹر ڈی۔ رابنسن "انسان کی فطرت کا تقاضا ہے۔ کہ اگر اعتدال کو قابو میں نہ رکھا جائے تو ہر معقولیت کی حد ختم ہو جاتی ہے۔ پیدائش، قوم کا ضروری مسئلہ ہے اور اسے اعتدال سے آگے بڑھنے سے بچانا انسانیت کی عین خدمت ہے"۔

ڈاکٹر برمن، ایچ۔ روبن۔ ایم۔ ڈی۔ ہالینڈ "ایک سلیم الدماغ انسان ننگے، بھوکے، اپاہج اور بے کار افراد کی متواتر پیدا ہونے والی تعداد اور بے شمار بھیڑ کو دیکھے گا تو وہ کیسے اس نظارے کو برداشت کر سکیگا؛ بالخصوص وہ بھیڑ ہندوستان اور چین میں دکھائی دیتی ہے۔ یہ نظارہ کس قدر ہوشربا، دل شکن اور جگر خراش ہے۔ اس حالت میں ضبطِ تولید کی مخالفت غالباً انتہائی بے رحمی ہے جو ہم برت سکتے ہیں"۔

ڈاکٹر پال پوپنیو۔ صدر "ادارہ تعلقات خانگی" ۔لاس اینجلز (امریکہ)
"امریکہ میں طلاقوں کی بھرمار اور شادیوں کی ناکامی کو روکنے کے لئے مسئلہ آبادی کو ضبطِ قانون میں لانے کی جو کوششیں اب تک ہوئی ہیں، ان پر دوبارہ غور کرنے کی ضرورت ہے اور بہتر ہے کہ امریکہ چین بننے سے پہلے ہی اپنی سیدھی راہ آبادی کے بارے میں اختیار کر لے"۔

ڈاکٹر رابرٹ اے روس، ایم۔ ڈی اور گلیڈیز ایچ۔ گروز۔
"ہر عورت کے لئے گھر کے کام اور ابتدائی تعلیم کی طرح تربیت جنسی کی دانشمندانہ تعلیم کی ضرورت واضح کر دینی چاہیے۔ پریس اور فضول گو واعظین کے غوغا سے شائستہ شہریوں کو اپنے خیالات اس بارے میں متزلزل نہیں کر لینے چاہئیں"۔

ڈاکٹر بارنس۔ ایم۔ ڈی۔ "اس حقیقت کے پیشِ نظر کہ موجودہ حالات کے برقرار رہتے ہوئے ہماری قوم کے آدمیوں کے لئے روزگار دستیاب ہونا بہت ہی دشوار ہے، یہ مناسب ہوگا کہ ہماری آبادی کی تعداد گھٹا دی جائے"۔

"یہ عوام کی بھلائی کا کام ہوگا اگر ضبطِ تولید کا علم جاہل مزدور پیشہ عورتوں تک پہنچا دیا جائے جو اس علم سے ابھی تک بالکل محروم ہیں"!

مسٹر جسٹس میکارڈی۔ لنڈن "مجھے یقین ہے کہ جو لوگ آج افلاس زدہ اور معذور طبقے میں برتھ کنٹرول کی تبلیغ کی مخالفت کرتے ہیں، ان پر آئندہ نسلیں لعنت بھیجیں گی۔ میرے نزدیک برتھ کنٹرول کے مخالف نہ صرف معاشرتی ارتقاء کے خلاف ہیں بلکہ مفلس آبادی کے بہترین مفاد کے بھی دشمن ہیں"۔

"جس وقت تک ضبطِ تولید کے متعلق علم اور واقفیت کو اِسی طرح چھپایا اور دسترسِ عوام سے باہر رکھا جائے گا، اُس وقت تک اسقاطِ حمل کی وارداتیں برابر عام ہی ہوتی چلی جائیں گی۔ میں نے بالکل صاف صاف بات کہہ دی ہے"۔

پادری اولیور۔ ایم بٹر فیلڈ "ایک پادری کی حیثیت سے مجھے اٹھارہ سال کام کرتے ہوئے ہو گئے ہیں۔ اِس دوران میں میں نے سینکڑوں نکاح پڑھائے۔ لیکن یہ دیکھا ہے کہ یوں تو لوگ کافی تعلیم یافتہ ہوتے ہیں، مگر ازدواج کے ضروری مسائل، بالخصوص اولاد کی کمی بیشی اور تدبّر سے، جو آبادی کے مسئلے کے سلسلے میں سب کو برتنا چاہیے، اکثر لوگ بالکل جاہل ہوتے ہیں۔ شادی شدہ زندگی میں تناسل کی لذّت بہترین جذبۂ تسکین ہے۔ مگر اِس کا کس قدر بے باکانہ اور بے لگامی سے استعمال ہو رہا ہے"!

لارڈ ہورڈر۔ لنڈن "غیر متوازن آبادی، بڑھتی ہوئی بے روزگاری اور عورتوں اور بچوں کی گرتی ہوئی صحتِ جسمانی کے مسائل کا اگر عملاً کوئی مؤثر اور مناسب حل ہو سکتا ہے تو وہ 'برتھ کنٹرول' ہے"۔

برتھ کنٹرول کے طریقے

حکیم غلام محمد صاحب ناظم

عروسک یعنی بیر بہوٹی جس قدر چاہیں، لے کر چار گنا روغن یاسمین میں خوب پیس کر حل کریں اور قبل از جماع بطور حمول عورت کے جسم میں یا بطور ضماد مرد کے عضوِ مخصوص پر لگا دیں۔ اِس کے مقابلہ میں ڈاکٹری ادویہ کی جمد پچکاریاں

اور تیزابی لوشن بیکار بلکہ ضرر رساں ہیں۔ میرا ذاتی مجرّب ہے۔ اس کا استعمال زیادہ نہیں کرنا چاہیئے۔ کیونکہ یہ بے حد گرم چیز ہے۔ ایک مہینہ میں پانچ چھ دفعہ سے زیادہ نہیں ؎

حکیم اکبر حسین صاحب الہ آبادی

مجامعت کے وقت ایک کپڑے کی گدی روغن کُنجد یا روغن چنبیلی میں تر کر کے اندام نہانی کے اندر رکھ دیں۔ بارہ گھنٹہ بعد نکال دیں۔ حمل قائم نہ ہوگا ؎

نیم کی نمولیوں کے مغز کا خالص تیل منی کے کیڑوں کو ہلاک کرنے کے لئے بہت بے خطا چیز ہے۔ یوں بھی بے ضرر ہے۔ رُوئی کا پھایہ اس تیل میں بھگو کر جماع سے پہلے عورت کے پوشیدہ مقام میں کافی دُور تک دھکیل دیا جائے۔ دو چار گھنٹہ بعد نکال دیا جائے۔ حمل نہیں ٹھہرے گا ؎

شہد میں ڈبویا ہؤا رُوئی کا پھایہ جماع سے پیشتر عورت کے پوشیدہ مقام پر رکھیں اور دُور تک دھکیل دیں۔ جماع کے دو چار گھنٹہ بعد نکال دیں۔ حمل نہیں ٹھہرتا ؎

ہائیڈروجن پراوکسائیڈ، جس سے کان صاف کئے جاتے ہیں، نیم کے طریقہ پر استعمال کی جائے تو حمل روکنے کے لئے بہت مُفید اور بیضرر چیز ہے

منشی دیوی دیال وئید

تخم نیل ایک تولہ۔ تخم سنتیاناسی نو ماشہ۔ تخم لاجونتی ایک تولہ۔ مروارید ناسفتہ ۶ ماشہ۔ ورق نقرہ ایک تولہ۔ سب کو کوٹ چھان کر باریک سفوف کریں اور برابر کی چودہ پڑیاں بنا کر حیض سے فراغت کے بعد ایک ہفتہ تک ایک ایک پڑیہ صبح و شام دونوں وقت پانی کے ساتھ عورت کو پھنکائیں۔ اس دوا کے

استعمال سے ایک سال تک حمل نہیں ٹھہرے گا ؂

حکیم محمد رحمت علی ہمایوں

شہد میں یا سرکہ میں ڈبویا ہوا روئی کا پھایہ یا اسفنج جماع سے پہلے عورت کی اندام نہانی میں رکھ دیا جائے اور جماع کے چار گھنٹے بعد اُسے نکال دیا جائے ؂

ڈاکٹر کوثر چاند پوری

حیض سے فارغ ہونے کے بعد روز ایک عدد ارنڈ کا سالم چھلا ہوا بیج تین دن تک عورت کھالے تو اُس مہینہ یقیناً عورت حمل سے بچی رہے گی ؂

حکیم وزیر چند نندہ

حیض کے دنوں میں جو عورت روزانہ چار تولے پرانا گڑ پی لیا کرے وہ بھی حمل سے محفوظ رہے گی ؂

ڈاکٹر عبد الحمید چغتائی

سہاگہ اور دارچینی ہم وزن لے کر سفوف بنالیں اور ۳ رتی کی مقدار میں یہ دوا ہمراہ عرق بادیاں کچھ مدّت تک دیں۔ مانع حمل ہے ؂

حکیم پیر محبوب الٰہی زبدۃ الحکماء میڈلسٹ

اگر عورت صبح اُٹھ کر ایک لونگ پانی کے ساتھ کھالیا کرے تو حمل قرار نہ پائے گا ؂

لالہ سری رام دوساجھ حکیم

عورت اگر چنبیلی کی کلی کبھی کبھی نہار منہ نگل لیا کرے تو حمل نہیں ٹھہرے گا ؂

حکیم گجندر سنگھ گجراج

تخم کاکنج تین تین عدد روزانہ پانی کے ساتھ بعد فراغت حیض تین دن

تک کھلائیں۔ مانع حمل دوا ہے ؛

چند اور مانع حمل نسخے!

۱۔ فلفل دراز، بابڑنگ، سہاگہ سفید۔ تینوں چیزوں کو ہم وزن لیکر باریک پیس لیں اور اس میں سے بقدر ۶ ماشہ دوا لے کر حیض کی ابتداء سے پانچویں روز پانی کے ہمراہ استعمال کرائیں۔ اس کے استعمال سے حمل قرار نہیں پائے گا ؛

نوٹ۔ یہ سفوف برابر چار پانچ روز استعمال کرنا چاہئے ؛

۲۔ مغز تخم ہرڑ ۴ تولہ اور مصری ۴ تولہ کو پیس کر عورت کو چار روز تک پانی کے ساتھ استعمال کرائیں اس سے عورت کا حیض آنا بند ہو جائے گا۔ جب حیض نہ آئے گا تو اولاد بھی نہ ہو سکے گی ؛

۳۔ پکھ نکشتر میں دھتورے کی جڑ لاکر عورت کی کمر میں باندھ دیں۔ اس عمل سے بھی حمل قرار نہیں پاتا ؛

۴۔ تخم ڈھاک کی راکھ بقدر ۳ ماشے حیض کے بعد چند روز تک ٹھنڈے پانی کے ہمراہ استعمال کرانے سے حمل نہیں ٹھہرتا ؛

۵۔ سفوف جیرہ بقدر ۳ ماشے اور گڑ ۱ تولہ، روغن سرسوں ۲½ تولے میں ملا کر استعمال کرنے سے حمل نہیں ٹھہرتا ؛

۶۔ ہینگ ۱½ ماشہ کو تیل سرسوں ڈھائی تولے میں ملا کر پانچ روز تک استعمال کرانے سے حمل نہیں ٹھہرتا ؛

۷۔ حیض آنے کے بعد چار پانچ روز کریلے کا رس ڈھائی تولے کی مقدار میں روزانہ پلانے سے حمل نہیں ٹھہر سکتا ؛

۸۔ پرانا گڑ ۱ تولہ اور اڑد کا آٹا ۶ ماشے حیض کے بعد چند روز تک

کھانے سے حمل نہیں ٹھہر سکتا ۔
۹۔ تخم ڈھاک پیس کر سفوف بنائیں۔ پھر اس کو گھی میں چرب کر کے برابر وزن کا شہد ملالیں اور حیض کے بعد اس میں رُوئی کا پھایہ لت پت کر کے رحم میں رکھیں۔ اس عمل سے حمل بالکل قرار نہیں پا سکتا ۔
۱۰۔ خچر کا بول اور ایسا پانی جس میں لوہا گرم کر کے لوہار لوگ بجھاتے ہیں، بقدر چار چار تولے روزانہ پلانے سے حمل نہیں ٹھہر سکتا ۔
۱۱۔ ہاتھی کی لید خشک کر کے باریک پیس لیں اور اس میں شہد ملا کر بقدر ایک ایک تولہ چند روز تک استعمال کرائیں۔ اس کے استعمال سے عورت کو زندگی بھر حمل نہیں ٹھہر سکتا ۔
۱۲۔ پاکھان بھید اور مہندی دونوں کو ملا کر بطور مہندی ہاتھوں و پاؤں پر لگانے سے عورت کو حمل نہیں ہو سکتا ۔
۱۳۔ پہلی مرتبہ ہونے والی زچہ کا خون اگر کوئی عورت اپنے سارے جسم پر مل لے تو عمر بھر حمل نہیں رہ سکتا ۔
۱۴۔ تالیس پتر ا تولہ، گیرو ا تولہ کو بطور ٹھنڈائی گھوٹ کر پینے سے عورت حاملہ نہیں ہو سکتی ۔
۱۵۔ ڈھاک کے تخم بطور ٹھنڈائی گھوٹ کر پینے سے عورت کو حمل نہیں ٹھہر سکتا ۔
۱۶۔ پرانا گُڑ ۴ تولے حیض کے بعد متواتر آٹھ روز تک کھلانے سے حمل نہیں ہو سکتا ۔
۱۷۔ ہاتھی کی تازہ لید کو نچوڑ کر ایک تولہ رس نکالیں۔ اس میں ایک تولہ شہد ملا کر چند روز استعمال کرائیں۔ اس سے ساری زندگی عورت کو حمل

نہیں ہو سکتا ؛

۱۸۔ تلوں کے تیل میں نمک ملا کر اگر مرد بوقت مجامعت اپنے عضوِ مخصوص اور حشفے پر لگائے تو اس عمل سے بھی حمل نہیں رہ سکتا ؛

۱۹۔ سفوف ہلدی بقدر ایک ماشہ تا ۳ ماشہ حیض کے بعد متواتر دس بارہ دن تک استعمال کرتے رہنے سے حمل نہیں ٹھہرتا ؛

۲۰۔ حیض کی ابتداء سے چار روز بعد مغز تخم ارنڈ ایک عدد سالم پانی کے ہمراہ نگلوانے سے پورے ایک سال تک حمل نہیں ٹھہر سکتا ؛

۲۱۔ آدمی کے کان کا میل اور ایک باقلے کا دانہ لے کر پشمینے کے کپڑے میں باندھ کر عورت گلے میں لٹکا لے۔ جب تک یہ گلے میں رہے گا حمل نہیں ٹھہر سکتا ؛

۲۲۔ حیض کے چار روز بعد چنبیلی کی ایک کلی پانی کے ہمراہ نگلوانے سے ایک سال تک حمل نہیں ٹھہر سکتا ؛

۲۳۔ تھوہر کی لکڑی کی راکھ ایک ماشہ میں ایک ماشہ کھانڈ ملا کر برابر اکیس روز تک عورت کو پانی کے ہمراہ استعمال کرائیں۔ اس سے زندگی بھر حمل نہیں ٹھہر سکتا ؛

۲۴۔ مازو سبز کو پانی میں گھس کر روئی کا پھاہا تر کریں اور بوقت مجامعت رحم میں رکھیں۔ حمل قرار نہیں پاتا ؛

۲۵۔ نوشادر اور پھٹکڑی کو پیس کر رحم میں رکھ کر مجامعت کرنے سے بھی حمل نہیں ٹھہرتا ؛

طاقت و توانائی کی کرنٹ بھر دینے والی دیسی اور ولایتی رسائنیں ۔ دیہاتی ٹوٹکے اور ملک کے نامی وئیدوں حکیموں و ڈاکٹروں کے بار بار آزمودہ اور بزرگان کے سینہ بسینہ محفوظ نسخے درج کر کے کتاب کو ہر طرح سے مکمل اور مفید مطلب بنا دیا ہے جو لوگ اپنی صحت کو سدھار کر زندگی کا سچا لطف اٹھانے کے خواہشمند ہیں، جو ڈاکٹروں حکیموں کے محتاج نہ رہ کر ہر ایک بیماری کا خود ہی علاج کر لینا چاہتے ہیں، اُن سب کے لئے اِس کتاب کا مطالعہ نہایت ضروری اور فائدہ مند ثابت ہوگا ۔

قلیل عرصہ میں اس کے سات ایڈیشن ہاتھوں ہاتھ نکل گئے ۔ اب آٹھویں ایڈیشن میں کافی نیا مضمون داخل کر کے مصنّف نے اسے پہلے سے بھی زیادہ مُفید بنا دیا ہے ۔ دو سو سے زیادہ بیش قیمت اور پُر از معلومات مضامین، ڈیڑھ سو معنی خیز تصاویر اور ایک ہزار تیر بہدف نسخوں سے مزین سات سو صفحوں کی اِس ضخیم و مجلّد کتاب کی قیمت چھ روپے ۔ ڈاک خرچ ایک روپیہ چار آنہ

معزز اصحاب و چیدہ اخبارات کی رائیں

ڈاکٹر سر گوکل چند صاحب نارنگ سابق وزیر لوکل سیلف گورنمنٹ پنجاب ۔

"میں نے رہنمائے صحت کا مطالعہ کیا ہے اور اِسے مُفید و دلچسپ پایا ہے"۔

وئید بھوشن پنڈت ٹھاکر دت شرما وئید موجد "امرت دھارا"۔

"میری رائے میں یہ کتاب ہر تعلیم یافتہ شخص کے گھر میں رہنے کے قابل ہے ۔ وقتاً فوقتاً مطالعہ کرنے سے کافی فائدہ حاصل ہو سکتا ہے ۔ اور وقت بے وقت معالج کی ضرورت سے بھی مستغنی کرتی ہے" ۔

جناب بلدیو رام صاحب فسٹ کلاس مجسٹریٹ ۔ چمبہ ۔

"رہنمائے صحت" حقیقی معنوں میں صحت کی قدر کرنے والوں کی رہنمائی کرتی ہے۔ دوائیوں کا ذخیرہ جمع کرنے کی نسبت اِس کا مطالعہ کرنا بدرجہا بہتر ہے"۔

شریمان رام داس ایم۔اے۔ پرنسپل ڈی۔اے۔وی کالج ہوشیار پور۔

"میں نے 'رہنمائے صحت' کو شروع سے آخر تک پڑھا ہے صحت کو برقرار رکھنے اور بگڑی صحت کو بنانے کے لئے اِس میں سینکڑوں مُفید نصیحتیں اور نسخے درج ہیں"۔

رائے بہادر کیپٹن بلبیر سنگھ راؤ او۔بی۔ای ایم ایل سی۔ آنریری مجسٹریٹ ریواڑی

"رہنمائے صحت" کے مطالعہ سے میں بے حد مستفید ہوا ہوں۔ ہندوستانی پبلک کو ایسی مُستند کتاب کی اشد ضرورت تھی"۔

شریمان رام سہائے جی پرنسپل ڈی۔اے۔وی ہائی سکول۔ کراچی۔

"میں نے بہت غور سے 'رہنمائے صحت' کا مطالعہ کیا ہے۔ واقعی نہایت مُفید کتاب ہے۔ میں تعلیمی انسٹی ٹیوشنز سے اِس کی خریداری کی پُرزور سفارش کرتا ہوں"۔

ڈاکٹر ستیہ پال صاحب ایم۔بی۔ایم۔ایل۔اے۔

"میں نے 'رہنمائے صحت' کا مطالعہ کیا ہے۔ نہایت قابلِ قدر معلومات سے پُر یہ کتاب اُمید ہے کافی مقبول ہوگی"۔

جناب کویراج ہرنام داس صاحب بی۔اے۔

"رہنمائے صحت" کمال لیاقت سے ایڈٹ کی گئی ہے۔ مضامین کی تقسیم بہت اعلےٰ ہے۔ ناظرین کی زیادہ سے زیادہ رہنمائی کرنے کی کوشش کی گئی ہے"۔

رائے صاحب رگھوناتھ سہائے بی۔اے ریٹائرڈ ہیڈ ماسٹر

"میں نے صحت کے متعلق کئی کتابیں دیکھی ہیں۔ مگر ایسی جامع کتاب اس سے پہلے دیکھنے میں نہیں آئی۔ قابل مصنّف نے دریا کو کوزہ میں بند کرکے سچ مچ کمال کر دیا ہے"۔

چودھری سدا رام صاحب بیرسٹر

"میں نے رہنمائے صحت کو شروع سے آخر تک پڑھا ہے۔ ایسی جامع کتاب ایسے ضروری مضمون پر آج تک شاید ہی اردو زبان میں چھپی ہے"۔

پروفیسر برہمانند صاحب دہلی

"رہنمائے صحت" بیحد دلچسپ اور مفید کتاب ہے۔ ایسی ضخیم، کارآمد اور اس قدر بیش قیمت معلومات سے پُر کتاب میں نے پہلے کبھی نہیں دیکھی تھی"۔

سب کی ایک ہی رائے ہے

روزانہ ملاپ"۔ کتاب کے مطالعہ سے پتہ چلتا ہے کہ مصنّف نے اسے برسوں کے گہرے مطالعہ اور تجربات کے بعد لکھا ہے"۔

روزانہ پرتاپ۔ "درازی عمر کے رازوں پر وضاحت سے روشنی ڈالی گئی ہے"۔

روزانہ ٹربیون۔ "اردو زبان میں اس پایہ کی کتابیں بہت کم ملتی ہے۔ مصنّف نے واقعی بہت محنت کی ہے"۔

روزانہ احسان لاہور"۔ اس قسم کی مفید اور دلچسپ کتاب آج تک بہت کم شائع ہوئی ہے۔ ہمارا خیال ہے کہ جو گھر اس کتاب سے خالی ہوگا، اُس گھر کا مالک یقینا دُور اندیشی سے کام نہیں لے رہا"۔

روزانہ تیج دہلی"۔ صحت کے متعلق کوئی ایسی بات نہیں جس کا قابل مصنّف نے اِس کتاب میں ذکر نہ کیا ہو۔ معلوم ہوتا ہے مصنّف نے اس کتاب کے لئے مسالہ فراہم کرنے میں کئی سال محنت کی ہو گی"۔

ایڈیٹر "بیسویں صدی" لکھتے ہیں:۔ "کتاب ہر لحاظ سے مفید اور قابلِ قدر ہے مہانند جی نے اسے بہت محنت اور قابلیت سے مرتب کیا ہے"۔

...تہ طبقہ کی خوفناک بیکاری و بیروزگاری کو دُور کر کے ہندوستان کو
...و حرفت کی دَولت سے مالامال کر دینے والی ایک بینظیر کتاب

...عت و حرفت کے قیمتی راز"

المعرُوف

...امریکہ، جاپان و ہندوستان کے مشہور تجارتی فارمولے

(گورنمنٹ آف انڈیا سے رجسٹری شدہ)

از

جناب مہانند ایڈیٹر "رہنمائے زندگی"

اِس مقبول عام کتاب میں نہایت مفلسی کی حالت سے ترقی کر کے لکھ پتی بن جانے والے
...لی کامیاب کاریگروں، سائنسدانوں، دوکانداروں و تاجروں کے زندگی بھر کے تجربات
...نکڑوں ایک سے ایک مجرب فارمولے۔ لاکھ لاکھ روپیہ قیمت کے پیٹنٹ نسخے آسان دستکاریل
...پُرمنافع روزگار، مُفید ہنر اور ــــــ مسٹر ہنری فورڈ، مسٹر راک فیلر، رائٹ آنریبل
...سپرو، مہاتما گاندھی، سر شادی لال، پرنسپل سائیں داس، سیٹھ جُگل کشور برلا وغیرہ معزز
...ف سے پیش کردہ ٹھوس تجاویز اور عملی سکیمیں درج ہیں جن کی بدولت اگر آپ
...ہوئے ہیں تو فالتو وقت میں اپنی آمدنی کو دُگنا تگنا کر سکتے ہیں۔ اور اگر بیکار ہیں
...آبرو کے ساتھ روٹی کمانے کے قابل بن سکتے ہیں۔ ایک ایک فارمولا آپ
...مالامال کر سکتا ہے۔ ذرا مطالعہ کیجیئے اور وہ بیش قیمت تجارتی چیزیں گھر
...روع کر دیجیئے جن کی تیاری اور فروخت سے دوسرے لاکھوں روپیہ کما...

لیتے ہیں — مثلاً — تیس گنا منافع دینے والے فرانس کے مشہور نسخے "گ
سیرپ" "کف کیور" دس سے بیس گنا منافع دینے والے امریکن فارمولے "ہیپس
آنٹی کا مینیا" وغیرہ — لنڈن کی مشہور پیٹنٹ "کالرا مکسچر" کا مکمل نسخہ —
"ہیئر ڈائی" — جاپان کا مشہور نسخہ "ہیڈک" — "امرت دھارا" کا اصلی اور صحیح
سولہ گنا منافع دینے والا نسخہ "مدن منجری وٹی" — لاکھوں روپے پیدا کرنے وا
فارمولے "آتشک نگرہ گولیاں" "بھوت ناتھ تیل" "ڈونگرے کا بال امرت"
"شربت فولاد" "سپاری پاک" وغیرہ تیار کرنے کی مکمل ترکیبیں — بڑھیا فینا
نسخے — چار چار آنہ کی معمولی لاگت سے دستی پریس بنانا — خوشبودار اگر بتیاں
ولایتی دودھ یعنی مالٹیڈ ملک تیار کرنا — ولایت کی قسم کے طلسمی سانپ بنانا
بیفکر خضاب — نہایت سستا مچھر مار تیل — کپڑے کو واٹر پروف بنانے
— فرنیچر کیلئے چمکدار فرنچ پالش تیار کرنا — سیاہ، سفید اور براؤن بوٹ
دیسی و ولایتی فارمولے — چہرے کا رنگ نکھارنے اور کیل، چھائیاں، مہاسے دُو
کریم، پومیڈ اور ماتھے پر لگانے والی سرخ رنگ کی چمکدار بندی کا نسخہ — گھنگ
بنانے کا مرکب — اعلیٰ درجہ کے جراثیم کش فیس پوڈر — کپڑا دھونے کے مشہ
ملتانی اور دہلی کے صابونوں کے نسخے — بدن پر ملنے کیلئے اعلیٰ قسم کا نیم سوپ،
سلفر سوپ، کافوری سوپ، سن لائٹ سوپ، پیئر سوپ، روز سوپ، فرنچ سوپ
فارمولے — اوّل درجہ کے خوشبودار آملہ ہیئر آئیل، کیش بہار آئیل، کوکونٹ ہیئ
کامنی کسم تیل، تیل حنا وغیرہ بنانے کی مکمل ترکیبیں — ٹھنڈے میٹھے، خوشبودار صن
لیموں، سنگترہ، شہتوت، بادام، کیلہ، ادرک، پودینہ وغیرہ کے شربت بنانے کی ترکیبیں
میں ایک گز میں تیار ہونے والی لکھنے کی دیسی و انگریزی بلیو بلیک انک، سیاہ، لال
کے نسخے — سٹیمپ انک، سٹینسل انک، کپڑوں پر بیل بوٹے چھاپنے کی سیاہ

ن — آم، آملہ، ہرڈ، گاجر، ٹماٹر، کیلہ وغیرہ کے اچار
یقیں — چولھے کی راکھ سے کھانسی، بدہضمی اور جلودھر کا
رنا — لکڑی کے گھن سے روپیہ کمانے کی بالکل سہل ترکیب
ر ڈھائی روپیہ سیر بیچو" کی سکیم — اس قسم کے ایک سے ایک
ے اس کتاب میں درج ہیں۔

ریل — اخبار ٹربیون — اخبار پرتاپ — اخبار
ار ریاست — اخبار تیج — اخبار مدینہ — اخبار شیرِ پنجاب
وغیرہ نے اسے موجودہ وقت کی ایک نہایت ضروری اور
ت قرار دیا ہے ٭ قیمت معہ ڈاک خرچ چار روپے ٭

ہزاروں نے فائدہ اٹھایا ہے

ن فونڈری ورکس چک بدگان
ب صنعت وحرفت کے قیمتی راز
دمیوں کو جو بیکار تھے اس نے
ت وہ کچھ نہ کچھ کما رہے ہیں"
ولپنڈی: — "میں آپ کی
رفت کے قیمتی راز" کے مطابق
پانچ اور چھ روپے روز
ب لکھ کر آپ نے ہم لوگوں
ن کیا ہے، اس کا بدلہ
در دیں گے۔"

ستنیہ پال سہل بی۔اے۔ گوجرانوالہ: "صنعت وحرفت
کے قیمتی راز" کتاب میں فدیائل کے جتنے نسخے
آزمائے گئے، سب صحیح ثابت ہوئے۔"

محمد کمال - جامع مسجد - بنگلور: —
"آپ کی کتاب "صنعت وحرفت کے قیمتی راز"
میں نے پچھلے سال منگائی تھی۔ اس کا ایک
ایک نسخہ گویا جواہرات سے تولنے کے قابل
ہے۔ واقعی آپ نے اس کو تصنیف کرکے
ملک کی ایک اہم ضرورت کو پورا کیا ہے۔
اس کے لئے بندہ اگر عمر بھر بھی آپ کا شکریہ

ادا کرتا ہے، پھر بھی کم ہے۔"

پریم کرشن لاشیو (برما) "صنعت و حرفت کے قیمتی راز" منگا کر پڑھی ہے۔ کتاب واقعی بڑے کام کی ہے۔ میں اور میرا ایک دوست اس کتاب کی مدد سے کاروبار شروع کر رہے ہیں۔"

منیجر کوہِ نور ورکس۔ ماڈل ٹاؤن۔

"آپ کی ہر دو تصانیف 'رہنمائے صحت' اور 'صنعت و حرفت کے قیمتی راز' میں نے دیکھی ہیں اور بلا مبالغہ کہہ سکتا ہوں کہ اردو زبان میں اپنی قسم کی بہترین کتابیں ہیں میری طرف سے ہدیۂ تبرک قبول فرمائیے۔"

حکم چند جنرل مرچنٹ تلمبہ (ملتان):۔

"ایک دوست کے ذریعے میں نے آپ کی کتاب 'صنعت و حرفت کے قیمتی راز' منگوائی ہے کتاب واقعی موتیوں کے ساتھ تولنے کے لائق ہے۔ اس کی جتنی تعریف کی جائے کم ہے۔ آپ نے اس کتاب کو شائع کر کے بڑے اپکار کا کام کیا ہے۔"

گوری شنکر صاحب ہری پور (ہزارہ)۔

"آپ کی تیار کردہ کتاب سبھا بک ڈپو سے

منگائی ...
ہیں۔ تمام نسخ...
بعض نسخے وا...
شمر جی جھنڈر پا...
"میں نے کتاب 'صن...
سے کئی نسخے بنائے ہیں...
پائے۔ آپ کا شکریہ اد...
دیوی سنگھ صاحب ...
"اس سے پہلے اس مضمون...
سی کتابیں منگائی تھیں مگر...
آپ کی اس کتاب کے دو...
اور سب قابلِ اطمینان...
نے آج تک ایسی کتاب...
چوہدری جاٹا رام صا...
بہاولپور سٹیٹ:۔ "میں...
بہت سی کتابیں منگوائی...
نہ نکلی۔ آپ کی کتاب 'ص...
قیمتی راز' کے دو چار نس...
قابلِ اطمینان پائے...
کو دور کرنے والی...
قیمت تین روپیے۔ ڈاک...